සැඟවුණු බොදු මග යළි පුබුදන

හෙළ බොදු පියුම

ශ්‍රී බු. ව. 2561 ක් වූ උඳුවප් මස (ව්‍යවහාරික වර්ෂ 2017 දෙසැම්බර්)

75 වෙනි කලාපය







ප්‍රබල ස්නායු රෝග සඳහා
අභයරත්නාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ
විසින් මතු කළ
බලවත් ඖෂධ වට්ටෝරු රැසක්...



රු. 25/-

සැඟව ගිය බොදු මග යළි රැගෙන සෑම පුන් පොහෝ දිනකම එළිදකින දහම් සංග්‍රහය



බුදු ගුණ අනන්තයි...

දෙව්දත් අඟුල්මල් ධනපල් ඇතුන් පවා
පින්වත් රහල් පුතු ලෙස සම මෙතින් නිවා
සව්සත් ලොවේ සදහම් අම දියෙන් පොවා
අත්පත් කළහ මොක් සුව හිමි දෙමින් ඔවා

ලෝ සත හමුවෙ හිමි බුදු බණ දෙසුව සමේ
වාදෙට පැමිණි සඳ සච්චක බමුණු තෙමේ
වේදය පැරද බුදු දහමෙහි සොඳුරු කමේ
නාදය පැතිරුනා සක්වල සතර ඉමේ

අලව් රුදු යකුගෙ තෙද බල බිඳපු හැටී
බලව් බණ ඇසුව හැටි පා මුලෙහි වැටී
අසව් ඇති එලය කිම ලොව සමග ගැටී
සිතව් බුදු ගුණම එය දෙලොවටම වටී

බක බඹ රජහු මානය කර සවිය තම
එක මොහොතකුදු නොතැකුව බුදු හිමිගෙ නම
දැක ගන්නට නොයම් අග සෙට නොවෙද මම
සැක බිඳ වැටුනි දුටු සඳ හිමි අසම සම

දහසක් අත් මවා සැත් දඬු මුගුරු ගෙන
පිරිසක් මරුන් ආ කල ඉදිරියට පැන
පිහිටක් වුනේ පෙර සසරෙදි වඩපු ගුණ
අඩුවක් නැතිව පාරමි දම් පිරුව පින

බුදු ගුණ වැනිය හැකි බුදු කෙනෙකුට පමණයි
විදු සක්විති මුනිඳු දෙසු බණ රැක වරණයි
රුදු භව ගමන නිම කළ හැකි මග නිවනයි
බොදු පිළිවෙත රකිමු සැමටම බුදු සරණයි

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමණී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා



පිරිනිවන් මංගල්ලය සහ අවමංගල්ලය

මහා පිරුවානා පොත් වහන්සේ ඇසුරින් නිවන් මග 02

පුබ්බේ ච කත පුඤ්ඤතා කියන මංගල කාරණය පසුගිය කලාපයෙන් අන්තිමට විස්තර කළා. "සං" කියන්නෙ "මම, මගේ" කියල ගොඩනගා ගත්ත ලෝකය. මේ මංගල කාරණාවලින් විස්තර කෙරෙන ආකාරයේ වැඩ පිළිවෙලක් කරගෙන යනකොට "මම, මගේ" කියල බැඳිල ඉන්න ලෝකයෙන් අත්හැරෙන්න, මිදෙන්න පටන් ගන්නවා. ඒක ධර්මතාවයක්. තමන්ගෙ යම් හිතවතෙක් අධාර්මික කටයුත්තක් ගැන විස්තර කියල, එන්න අපිත් එක්ක හොඳ ගානක් හම්බ කර ගන්න පුළුවන් කියල කතා කළත් ඒවට යන්න හිත දෙන්නෙ නෑ, ධර්මතාවයෙන් ආරක්ෂා වෙනවා. එතනදි තමන්ට කතා කළ පුද්ගලයා අමනාප වෙන්න පුළුවන්. නමුත් ඉස්සර වගේ ඒ ගැන හිතල තීරණය වෙනස් කරන්නෙ නෑ. බාලයන් සේවනය කිරීම අත්හැරෙන්නෙ එහෙමයි. මගේ යාළුවා, මගේ නෑයා, මගේ හිතවතා කියල කලින් සම්බන්ධකම් තිබුනට, පණ්ඩිත ඇසුර ඊට වඩා සැනසිලිදායකයි කියන වැටහීම දැන් එනවා. ලෝක සම්මතයේ ලෞකික වශයෙන් ඥාති හිතවත් අය අත්හැරිල, ආර්ය ඥාති හිතවතුන් සේවනයට එනවා. අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත වැටහෙමින් ලෝකයේ පංච කාම වස්තූන්ට නොඇල්ම ඇති වෙනවා. සසරට බැඳෙන ඒ පංච කාම වස්තූන්ගේ එකතුවෙන් මිදිල සැනසිලිදායක තැනට, අත්ත කියන නිවනට හිත නැමෙනවා. (සං + මා + පණිධීච + අත්ත) අත්ත සංමා පණිධීච වෙනවා.

ලෝක සම්මත බහුස්‍රැත බව කියන්නෙ දැනුමට. දැනුම ලැබෙන්නෙ ඒ ඒ අයගෙ පංච ඉන්ද්‍රිය ගෝචර මට්ටමින්. ඒ දැනුම නිවනට මගක් කරගන්නත්, නිවන අවුරන මගක් කරගන්නත් පුළුවන්. යම් කෙනෙක්, එක්තරා ගල් කඩන වැඩ පොළක කම්කරුවෙක්ගෙන් අහනවා, ඔබ මේ රස්සාව කරන්නෙ සතුටින්ද කියල. ඔහු කියනවා, මොන සතුටක්ද, පඩිය ජීවත් වෙන්නත් මදි කියල. අර තැනැත්තා වැඩපොළේ තව ටිකක් ඉස්සරහට ගිහින් තව කෙනෙක්ගෙන් අහනවා, ඔබ මේ රස්සාව කරන්නෙ සතුටින්ද කියල. ඔහුත් කියනවා, මොන සතුටක්ද, අව්වට වේලෙනවා, වැස්සට තෙමෙනවා, කිසිම විවේකයක් නෑ කියල. දැන් අර තැනැත්තා, ලොකු ගලක් විදින්න වෙඩි බෙහෙත් දාල ගල පුපුරවන්න හදන තවත් සේවකයෙක් ළඟට ගිහින් අහනවා, ඔබ මේ රස්සාව කරන්නෙ සතුටින්ද කියල. ඒ සේවකයා හිනාවෙලා කියනවා, වැඩේ ටිකක් අවදානම් තමයි, ඒ වුනාට මම දන්නව පන්සල්වල පිළිම වහන්සේලා නෙලන්නත් මේ ගල් ගන්නවා, සමහර මිනිස්සු ජීවත් වෙන්න ගෙයක් හදා ගන්න අත්තිවාරමටත් මේ ගල් ගන්නවා, සමහර ගල් මිනිස්සුන්ට පහසුවෙන් යන්න එන්න පාරවල් හදන්න ගන්නවා, ඒ නිසා මම කරන දේ ගැන හුඟක් සතුටු වෙනව කියල. මේ විදිහට තමන් දන්න කියන කුඩා හෝ ශිල්පය ගැන විමසිල්ලෙන් හිතල බලල සතුටුවෙන හැටි දන්නෙ බොහොම ටික දෙනයි. නමුත් ඒකත් බහුස්‍රැත බවක්, සුගතියට හේතුවෙන මංගල කාරණයක් කියල දැනුවත් වෙන්න ඕන.

සික්ඛිත කියන්නෙ හික්මෙනවා. සුසික්ඛිත කියන්නෙ වඩාත් හොඳින් මනාව හික්මෙනවා. විනයෝ ච කියන්නෙ රාග විනය, ද්වේශ විනය, මෝහ විනය සිද්ධ වෙන විදිහට සිත, කය, වචනය සංවර කරගන්නවා. සිප්පඤ්ච කියන්නෙ ශිල්පය, යම් දෙයක් කරන විදිහ දැන ගැනීම. සච්චඤ්ච කියන්නෙ සත්‍යය, සිවු අරිසස්. මේ ටික එකතු කරල ගලපල ගත්තම එන අදහස බලමු. සිවු අරිසස් අවබෝධ කරගෙන, රාග, ද්වේශ, මෝහ ක්‍ෂය කරන වැඩ පිළිවෙල (ශිල්පය) මනාව හොඳින් වටහා ගැනීමේ හැකියාව තමයි බහුස්‍රැත බව කියන්නෙ. බුදුන් වහන්සේ

දේශනා කළ බාහුසච්චඤ්ච සිප්පඤ්ච කියන මහා මංගල කාරණය මේකයි. ලෝක සම්මත බහුශ්‍රැත අය බොහෝ කොටම තවත් කෙනෙක් කියන දේ පිළිගන්න කැමති නෑ. සමහරු අහන්නවත් කැමති නෑ. මම තමයි දන්නෙ කියන මානයක් තියෙනවා. නමුත් ලෝකෝත්තර බහුශ්‍රැත බවට පත්වුනාම රාග, ද්වේශ, මෝහ දුරු කරගන්න ආර්යන් වහන්සේලාගෙන් ලැබෙන අවවාද අනුශාසනා හිස් මුදුනින් පිළිගන්න කැමතියි. බුදුන් වහන්සේ තමයි මහා බහුශ්‍රැත. නමුත් බුදුන් වහන්සේ ළඟට ආව විවිධාකාර දෘෂ්ටිවල පැටලිලා හිටිය බමුණන් කියන දේ බුදුන් වහන්සේ හොඳින් අහගෙන හිටියා. එහෙම අහගෙන ඉඳීම ගැන ඒ අයගෙ හිත පැහැදුනාම, වරද නිවැරදි කරගන්න දහම් දේශනා කළා. දහම් අහන්න කලින් පිනක් කරගන්න අවස්ථාව සැලසුවා. බුදුන් කෙරෙහි සිත පහදවා ගැනීමේ පින, ඒ අවස්ථාවෙදි ඒ බමුණන්ට පුබ්බේ ච කථ පුඤ්ඤතා වෙනවා.

ඒ වගේම **ලෝකෝත්තර බහුශ්‍රැත බව ලැබුණම සිල් පද රකින්න අමුතුවෙන් වෙහෙසෙන්න ඕන නෑ. තමන් තුලින්ම හික්මීම, සුසික්ඛිත බව, සංවර බව ඇති වෙනවා.** ඒ අරියකාන්ත සීලයේ පිහිටීම ධර්මාවබෝධයෙන් සිද්ධ වෙන කාරණයක්. කෙනෙක් හිත රිදෙන, තරහ එන දෙයක් කිව්වත් කළත්, මමත් ඉස්සර කාටහරි මේ දේ කරල ඇති... මේක හේතු ඵලයක්, කර්ම විපාකයක්... ආදී වශයෙන් මේ වගේ ධර්මය මෙනෙහි කරල හිත රිදවගන්නෙ නැතුව, තරහ ගන්නෙ නැතුව ඉන්න පුළුවන් ක්‍රම රටාවක් හිතට දැනෙනවා. ඒ විදිහට සංවර වෙනවා. තමන් ගිනි පත්තු නොවෙන කොට අනිත් කෙනා ඉබේම නිවෙනවා. මේ මංගල කාරණයට විනයෝ ච සුසික්ඛිතෝ කියනවා.

බොරු, කේළාම්, පරුෂ වචන, හිස් වචන කීමෙන් වැළකීම කුසලයක්. මේවායින් තොර යහපත් වචන කීම සුගතියට හේතු වෙනවා. බොරුවෙන් මුළා කිරීම, කේළමින් සමගිය බිඳීම, පරුෂ වචනයෙන් සැඩ බවට පත් කිරීම, හිස් වචනයෙන් උතුම් මිනිස් ජීවිතයක කාලය විනාස කිරීම තමන්ටත් ලෝකයාටත් කරන අවැඩ අසාධාරණ නිසා, ඒවායින් වෙන්වීමත් ලෞකික යහපතට හේතු වෙනවා. ඒ සුසික්ඛිත, සුභාසිත යාවීම නිවනට හේතු වෙන්නෙ නැති වුනත් සුගතියට හේතු වෙනවා.

යමක් සුභාසිත නම් ඒක බුද්ධ වචනයක් වෙන්න ඕන. ඒක මුලින් කිව්ව කරුණු හතරට සීමා වෙලා නෑ. **නිවන කියන මහා මංගල්ලයට මග කියාදෙන යම් වචනයක් ඇත්නම් ඒක සුභාසිතයි.** අත්ත සම්මා පණීධිච කියන මංගල කාරණයට සම්බන්ධ වෙලා බහුශ්‍රැත බව ලැබුවා. එතනදි සිවු අරිසස් අවබෝධ කරගත්තම, තමන් තුල ඇතිවෙන රාග, ද්වේශ, මෝහ දුරු කරගන්න නිතරම ඉන්නෙ සම්මා සතියෙන්. ඒ හේතුවෙන් ඒ පුද්ගලයගෙ වචනය සංවර වෙනවා. මුවින් නිතරම පිට වෙන්නෙ දහමට අනුකූල දහම් පදයක්මයි. නිවන් මග වැඩීමට උපකාර වෙන වචනයටයි යාවෙලා ඉන්නෙ. (සුභාසිතා + ච + යා + වාචා) සුභාසිතාච යා වාචා කියන මංගල කාරණයට අනුවයි කටයුතු කරන්නෙ.

මවුපියන්ට ගෞරව ඇප උපස්ථාන කිරීම, දූ දරුවන්ට, ස්වාමි/භාර්යාවන්ට සංග්‍රහ කිරීම යහපත් ගුණ ධර්මයක්. ඒවාට අවශ්‍ය මුදල් අනාකුල කර්මාන්තයකින් උපයා ගැනීමත් ලෞකික වශයෙන් මංගල්ලයක්. තමන්ගෙ දරුවන්ට හොඳ රැකියාවක් ලැබුනම දෙමව්පියෝ සතුටු වෙන්නෙ ඒ නිසා. **උපස්ථානය කියන්නෙ ස්ථානයට ආසන්න වෙනවා (උප + ස්ථාන).** දෙමව්පියන්ගෙ ළඟට ගිහින් අත් පා පිරිමැදීම්, නෑවීම්, රෙදි පිළි සෝදා දීම්... ආදියෙන් වතාවත් කරනවා. ඒක සුගතියට හේතුවෙන මාතා පිතු උපස්ථානයක්. නිවන් දකින්න උපකාර වෙන මාතා, පිතු කියන්නෙ අමා මෑණියන් වහන්සේට, බුදු පියාණන් වහන්සේට. උප + අට්ඨානං කියන්නෙ ආසන්නයේ පිහිටනවා. බුදු පියාණන් වහන්සේ කියන්නෙ මහා ගුණ කදම්බයක්. ඒ ගුණ තමන් තුලත් පිහිටුවා ගැනීමයි නිවන් දකින මාතා පිතු උපට්ඨානය වෙන්නෙ.

අම්මට, තාත්තට, වැඩිහිටි ඥාතීන්ට වඳින්නෙ නැති මහා අහංකාර ශාක්‍ය කුමාරයෙක් ඒ කාලෙ හිටියා. දවසක් බුදුන් වහන්සේ ධර්ම දේශනා කරන තැනට මේ කුමාරයත් ගියා. හැබැයි ගියේ බුදු වහන්සේගෙ අඩුපාඩුවක්, වරදක් හොයා ගන්න. නමුත් බණ අහන්න අහන්න හිත පැහැදුනා, වරදක් හොයා ගන්න බැරි වුනා. අන්තිමේදි, මට මේ තරම් කාලයක් වඳින්න සුදුසු කෙනෙක් හම්බ වුනේ නෑ, අද හම්බ වුනා කියල බිම වැතිරිලා නළල සිරි පතුල ළඟ තිය තියා වැන්දා. අනෙක් ශාක්‍යයන් පුදුම වෙලා බලාගෙන ඉන්න කොට, මෙතෙක් කල් නොවැන්ද වැඳුම් අද පූර්ණයි කියල බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ බවත් සඳහන් වෙනවා. තෙරුවන් ගුණ දැකීමෙන් පැහැදිලා ඒ ගුණ තමන් තුළත් වැඩි දියුණු කරගැනීම නිවන් දකින මාතා පිතු උපට්ඨානය වෙනවා. වර්තමාන දෙමව්පියෝ නම් වැඩි හරියක් යන්නෙ රාග, ද්වේශ, මෝහ වැඩපිළිවෙලක. ඒ අයගෙ ගුණ තමන් තුළත් පිහිටුවා ගත්තොත් තමනුත් යන්නෙ ඒ රාග, ද්වේශ, මෝහ වැඩ පිළිවෙළේමයි. ඒකෙන් දුක් ගිනි මිසක් නිවීමක් සැනසීමක් ලැබෙන්නෙ නෑ.

අඹූ දරුවන්ට සංග්‍රහ කිරීම සදාචාරාත්මක පැවැත්මක යුතුකමක්, වගකීමක්. ඒක සම්මත ලෝක පැවැත්මක යහපත් ගුණ ධර්මයක්. මෙලොව අභිවෘද්ධියට හොඳයි, සුගතියට හේතු වෙනවා. නමුත් නිවනට මගක් වෙන්නෙ නෑ. අබුද්ධෝත්පාද කාලවල පහළ වෙන මුණිවරුත් යහපත් ගුණ ධර්ම ලෝකයාට කියල දෙනවා. බුදුවරයන් වහන්සේ නමක් ලෝකයට පහළ වෙලා දේශනා කරන්නෙ පැවැත්මෙන් මිදෙන මගක්. ඒ නිසා මෙතනදි පුත්ත දාරස්ස කියන්නෙ අමා මෑණියන් වහන්සේගේ, බුදු පියාණන් වහන්සේගේ පුත්‍ර දාරාවන් ගැන. ඒ බුදු පුත්තු තමයි අරිහතුන් වහන්සේලා. දරුවෝ කියන්නෙ සාසන මාර්ගයේ යන සෝවාන් මාර්ග අනුගාමිකයා, සෝවාන් ඵල ලාභියා... ආදී වශයෙන් අරිහත් මාර්ග අනුගාමිකයා දක්වා හත් දෙනා අයිති වෙන භික්ෂු, භික්ෂුණී, උපාසක, උපාසිකා කියන සිවුවනක් පිරිස. මෙන්න මේ අයට අවශ්‍ය සිවුපසයෙන් උපස්ථාන කරල අරිහත්වය පූර්ණ කරගන්න සංග්‍රහ කිරීම, නිවන් දකින්න හේතුවෙන පුත්ත දාරස්ස සංගහෝ කියන මංගල කාරණය වෙනවා. **ආර්ය මාර්ගය පූර්ණ කරගන්න උත්සාහ, වීර්ය වඩන පිරිසකට ඇප උපස්ථාන කිරීමත් මහත් ඵලයි මහානිසංසයි.**

යම්කිසි වැඩක් කරල අවසානයෙදි, මේ වැඩේට මිනිස්සු විරුද්ධ වෙයිද, උසාවි යන්න වෙයිද, හිරේ යන්න වෙයිද, නැදෑ හිතවතුන්ට ලැජ්ජා වෙන්න වෙයිද... ආදී වශයෙන් මේ විදිහට ඇකිලෙන්න සිද්ධවෙන, මනස ව්‍යාකූල කරන ක්‍රියාවලට ආකුල කම්ම කියනවා. එහෙම නොවෙන කර්ම අනාකුලාව කම්මන්තා වෙනවා. මේ කාරණය රැකියාවට විතරක් සීමා වෙච්ච දෙයක් නෙවෙයි. උදාහරණයක් විදිහට, වැරදි කාම සේවනයක යෙදීමත්, අන් අයට ඒ විදිහට වැරදි කාම සේවනයට අනුබල දෙන යම්

ව්‍යාපාරයක් පවත්වගෙන යාමත් කියන දෙකම ආකුල කම්ම වෙනවා. තමනුත් බුදු මග අනුගමනය කරමින්, යහපත් ජීවිතයකට උපකාර වෙන වෙළඳාමක්, ව්‍යාපාරයක්, කර්මාන්තයක්, යම් කිසි සේවාවක් කරගෙන යන එක අනාකුලාව කම්මන්තයක් (අනාකුල කර්මාන්තයක්) කියන්න පුළුවන්. අන් + ආකුල + ච + කම්ම + අන්ත කියල පද බෙදල බැලුවම, අවසානයෙදි චිත්තය ආකුල නොවෙන කර්ම කියන එක අනාකුලාව කම්මන්ත කියන කාරණයෙන් අදහස් වෙනවා. බුදු පියාණන් වහන්සේට භගවතෝ කියනවා. භගවත කියන්නෙ බෙදා බලන වත කියන එක. කුඩා ඒකකවලට බෙදල බලන එක ඕනෑම දෙයක යථා ස්වරූපය වටහා ගන්න පහසුම වැඩ පිළිවෙලක්.

රූපය පෙණ පිඩක් වගෙයි කියල ඵේණ පිණ්ඩූපම සූත්‍රයේ දේශනා කරල තියෙනවා. බෙදල බැලුවම පෙණ පිඩුවක් කියන්නෙ කුඩා පෙණ බුබුලු රාශියක් එකතු වෙලා හැදිච්ච රූපයක්. කුඩා පෙණ බුබුල හැදිල තියෙන්නෙ වතුරට රොන් මඩ ටිකක් එකතු වෙලා, ඒ අපිරිසිදු වතුරට තවත් වතුර ටිකක් එකතු වීමෙන් ඇතිවුන ස්පර්ශය හේතුවෙන්. වතුරට වතුර ස්පර්ශ වෙන්නෙ නැත්නම් පෙණ බුබුලු හැදෙන්නෙ නෑ, පෙණ පිඩුවක් හැදෙන්නෙත් නෑ. අපේ ජීවිතය කියන්නෙත් පෙණ පිඩුවක් වගේ දෙයක්. සිවු අරිසස් නොදන්නා අවිද්‍යාව හේතුවෙන් වර්ණ රූප, ශබ්ද රූප, ගන්ධ රූප... වගේ අරමුණක් ස්පර්ශ වුනාම ඒවා සත්‍ය වශයෙන් තියෙන දේවල් හැටියට සළකල ආස්වාද විඳීමේ බලාපොරොත්තු ඇති කරගන්නවා, තණ්හා වෙනවා, සංඛාර ගොඩ නගනවා. මේ නිසා නැවත නැවත සසර උපදින්න හේතු සකස් වෙලා විපාක කයක් ගොඩ නැගෙනවා, ජීවිතයක් ගොඩ නැගෙනවා. ජී + චිත + යක් ලැබෙනවා. **ජී කියන්නෙ අපිරිසිඳු, අසූචි වගේ බැහැර කළ යුතු දේවල්. චිත කියන්නෙ උරා බොන්න සකස් වෙච්ච ඉන්ද්‍රියක්, උපකරණයක්.** මේ ටික එකතු කරල ගලප ගත්තම, අසූචි වගේ බැහැර කළ යුතු අපිරිසිදු රූප රූප, ශබ්ද රූප... වගේ අරමුණු ස්පර්ශ වුනාම, උරා බීල ආස්වාද විඳින්න යා වෙච්ච එකට ජීවිතයක් කියන්න පුළුවන්. රහතන් වහන්සේලාටත් ඉන්ද්‍රියන් තියෙනවා. නමුත් ආස්වාද උරා බීමේ බලාපොරොත්තුවක් නැති නිසා චිතකට යාවෙලා නෑ. ඒ නිසා මතු ජීවිතයක් ලැබෙන්නෙ නෑ.

දානය කියන වචනය යෙදෙන විවිධ අවස්ථා තියෙනවා. ආමිස දානය, සාංඝික දානය, අභය දානය, ධර්ම දානය කියන වචන නිතර අහන්න ලැබෙනවා. ආහාර, වස්ත්‍ර, බෙහෙත් වගේ පාරිභෝගික වස්තු පරිත්‍යාග කරන එකට ආමිස දාන කියනවා. උපසම්පදා භික්ෂූන් වහන්සේලා සහිත සංඝයා වහන්සේලාට පිරිනමන සිවුපස දානයට සාංඝික දානය කියනවා. මරණයට කැප වෙච්ච සතුන් නිදහස් කරන එකට අභය දානය කියනවා. දහම් පොත්පත් බලන්න, ධර්ම දේශනා

පුටුව, වාහනය කියනව වගේ දීපු නමක් තමයි "මම" කියන්නෙ. මේ ඉන්ද්‍රියන් හයේ එකතුවට "මම" කියල කිව්වට මම කැමති විදිහට ඒවා පවතින්නෙ නෑ. කැඩෙනවා, බිඳෙනවා, විනාස වෙනවා. කඩන්න, බිඳින්න, විනාස කරන්න, කැඩිල බිඳිල වැනසිලා යන්න පුළුවන්. මම කැමති මන වඩන රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්මවලට විතරයි. ඒ වුනාට මේ ඉන්ද්‍රියන් මම අකමැති රූප, ශබ්ද... ආදියත් ගෝචර කරගන්නවා. මම කැමති හැටියට පරිහරණය කරන්න බෑ.



අහන්න සලස්වන එකට ධර්ම දානය කියනවා. මේවා සුගතියට හේතු වෙන පින් හැටියට තමයි සළකන්නෙ. සමහරු මේවා සසර දික්වෙන වැඩ කියලත් කියනවා. නමුත් නිවනට හේතුවෙන විදිහට දානය දෙන්න පුළුවන්කමක් නැත්නම්, දානය මංගල කාරණයක් හැටියට බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරන්නෙ නෑ.

වෙනත් කෙනෙකුට අයිති දෙයක් අපි ළඟ තියෙනව නම් ඒක ණයක්. අයිතිකාරයට ගන්න නම් ඒක අපේ අතින් අත්හැරෙන්න ඕන, දාන්න ඕන. **අය කරගන්න, දාන්න කියන එක දාන + අය තමයි දානය. මෙතන අය කිව්වෙ "අය - වැය" කියන අරුතෙන්. ඒ වගේම දා + ණය - ණය වෙච්ච දේවල් ආපහු දානවා කියන අර්ථය ගන්නත් පුළුවන්.** "මම" කරගෙන "මගේ" කරගෙන අල්ලගෙන ඉන්න දේවල් මමද? මගේද? කියල විමසල බලන්න. මේ ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන ඉන්ද්‍රියන් එකතු වෙලා, සංඛත වෙලා හැදිච්ච රූපයට තමයි "මම" කිව්වෙ. ඒක හේතුවලින් සකස් වෙච්ච දෙයක්. ඒ ඒ දේවල් හඳුන්වන්න මේසය,

කැමැත්තෙන් බැඳිල ඉන්න දේවල් කැමති හැටියට පවත්වන්න බැරි වෙනකොට විවිධාකාර දුස්චරිත කරල හරි රැකගන්න උත්සාහ කරනවා. ආස්වාද විඳ ගන්න උත්සාහ කරනවා. ඒ හේතුවෙන් මේ මුළා සහගත සසර ගමනක අනන්ත අප්‍රමාණ දුක් විඳිනවා. මෙන්න මේ අල්ල ගත්ත දේවල් කෙරෙහි හිත බැඳුන ඡන්ද රාගය අත්හරින එකට තමයි දානය කියන්නෙ. මාරයාට අයිති දේ මාරයාට ගන්න ඡන්ද රාගය අත්හරින්න ඕන. ලෝකයට අයිති රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ, ධර්ම ලෝකයේ තියෙන හැටියට තිබුනාවෙ. අපි ඒවට තියෙන ඡන්ද රාගය අත්හරින්න ඕන. ජීවත් වෙනකල් ඒ ඒ දේවල් ඡන්ද රාගයෙන් තොරව පරිහරණය කරනවා. මේ මූලික සිද්ධාන්තය තේරුම් ගත්තම ආමිස දාන, සාංඝික දාන කියන ඒවත් නිවන මුල් කරගෙන දෙන්න පුළුවන්. මල්, පහන්, සුවඳ දුම් වගේ දේවල් වුනත් නිවන මුල් කරගෙන විදර්ශනා කරල පූජ කරන හැටි හෙළ බොදු පියුම 20, 21, 22 කලාපවල විස්තර කරල තියෙනවා.

අභය දානය දීල නිදහස් කරගෙන එන සතාට තමන්ගෙ ජීවිතය ගැන බයක් නැති වෙන්න ඕන. අභය කිව්වෙ ඒකයි. නමුත් ඒ එන අතරමගදි අනතුරක් වෙලා ඒ සතා මැරෙන්න පුළුවන්. එතකොට මරණ බය නැති වෙලා නෑ. යම් කෙනෙක් පර පණ නැසීමෙන්, සත්ත්ව හිංසාවෙන් වෙන් වුනා නම්, ඒ පුද්ගලයා නිසා මේ තුන් ලෝකෙ කිසිම සත්ත්වයෙකුට ප්‍රාණ බියක් නෑ. ඔහු සියලු ලෝක සත්ත්වයන්ට අභය දානය දුන්න කෙනෙක්. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ අභය දානය මේකයි. අංගුත්තර නිකායේ 5 වෙනි කාණ්ඩයේ, 166 පිටුවේ එන පුඤ්ඤාභිසන්ද සූත්‍රයේ මේ කාරණය පැහැදිලි කරල තියෙනවා.

මේ විදිහට ඡන්ද රාගයෙන් බැඳිල අල්ලගෙන තිබ්බ දේවල් අත්හැරීමේ වැඩපිළිවෙලට ඉවහල් වෙන චරියාවට ධම්ම චරියාව කියනවා. දමනය වෙන චරියාව තමයි ධම්ම චරියාව.

මේ ලෝකෙ මිනිස්සු සංග්‍රහ කරන්නෙ කාටද? තමන් උපයා සපයා ගත්ත දේවල්, මේවා මගේ බිරිඳට, ස්වාමි පුරුෂයාට, මේවා මගේ පුතාට දුවට, මේවා මගේ දෙමව්පියන්ට, හිතවතුන්ට... ආදී වශයෙන් සංග්‍රහ කරනවා. හදිසි ආපදාවක් වගේ දෙයක් සිද්ධ වුන වෙලාවට පුළුවන් විදිහට අනිත් අයටත් පොඩි උපකාරයක් කරනවා. ඒත් අර මුලින් වෙන් කළ පිරිසට වගේ සමානව නෙවෙයි, ඊට වඩා අඩුවෙන්. බුදුවරයන් වහන්සේ නමක් ලෝකයට පහළ වෙලා දේශනා නොකළත්, ලෝකයා තමන්ගෙ ඥාතීන්ට තමයි සංග්‍රහ කරන්නෙ. එහෙම සංග්‍රහ නොකරන, මසුරු මල ඇති අයත් ලෝකයේ ඕන තරම් ඉන්නවා. ඒ නිසා ඒ විදිහට සංග්‍රහ කිරීමත් මෙලොව අභිවෘද්ධියට හේතු වෙන මංගල කාරණයක්.

ඤාතීනං කියන වචනයෙත්, ඤාතකානං කියන වචනයෙත් පොඩි වෙනසක් තියෙනවා. ඉදං මේ ඤාතීනං හෝතු - සුඛිතා හොන්තු ඤාතයෝ... ඤාතීන්ට පින් දුන්නම ඒ පින් අරගෙන සුවපත් වෙන්නෙ ඤාතයෝ. ජීවත් වෙන කාලෙදි ඤාතීන් වෙලා හිටියට මරණයෙන් පස්සෙ ඒ අය එක්ක ඤාති සම්බන්ධයක් නෑ. දන්නාකමක්, ඤාතකමක් තමයි තියෙන්නෙ. ඤාතකානංච සංගහෝ කිව්වම, ජීවත්වෙලා ඉන්න ඤාතීන්ට සංග්‍රහ කිරීමක් වෙන්න බෑ. එක්තරා ප්‍රේතියක් සැරියුත් හාමුදුරුවො පිණ්ඩපාතෙ වඩින පෙර මගට ඇවිත් පෙනී ඉඳල කියනවා, අනේ මට පිහිට වෙන්න, මීට අත්බැව් හතරකට කලින් මම ඔබ වහන්සේට මව වෙලා හිටිය කියල.

තවත් අවස්ථාවක බිම්බිසාර රජ්ජුරුවන්ට, බුද්ධ කල්ප හතරකට කලින් ඤාති වෙලා හිටිය පිරිසක් හීනෙන් පෙනී ඉඳල තමන්ට ප්‍රේත අත්බැවෙන් නිදහස් වෙන්න උදව් ඉල්ලා සිටි බව ධර්මයේ සඳහන් වෙනවා. **පරලොව ගිය අයට මේ ලෝකෙ තියෙන දේවල් අතකින් අතකට දෙන්න බෑ. ඒ නිසා මේ ලෝකෙ තියෙන දෙයින් දන් දීල ඒ අයට පින් දුන්නම, ඒ අයට ඒ ලෝකෙ තියෙන අවශ්‍ය දේවල් ලැබෙනවා. ඒ නිසා පරලොව ගිය තැනැත්තාට පින ඤාතියෙක් වෙනවා.** නිවන් දකින්න කටයුතු කරන ආර්යන්ට ආයු, වර්ණ, සැප, බල, ප්‍රඥා කියන කාරණා ඤාතියෙක් වෙනවා. ආර්ය භාවයට පත් වුනාම, පෙර හිටපු ඤාතීන් ජීවත්වෙලා හිටියත් සේවනයෙන් ඈත් වෙලා, ආර්ය ගුණ පුරන අය සේවනය කරන්න මුල් තැන හිමි වෙනවා. ඒ නිසා ආර්ය බවට පත්වුනාම ඒ අයත් ඤාතකානං හැටියට සංග්‍රහ ලබන්න සුදුසු වෙනවා.

තමන්ට තනිවම කිසිවක් කර කියා ගන්න බැරි ළදරු ළමා කාලෙදි මරණයෙන් ජීවිතය බේරල දුන්න දෙමව්පිය, වැඩිහිටි, ඤාති හිතවතුන්, ශිල්ප උගන්වපු ගුරු දෙගුරුන් සේවනයෙන් ඈත් වුනත්, ඒ අය ඇසුරු කරමින් ඒ ඒ සුදුසු අවස්ථාවලදි සුදුසු ආකාරයට මෙත්තා, කරුණා, මුදිතා, උපේක්ඛා කියන සිවු බඹ විහරණයෙන් සංග්‍රහ කරනවා.

තෙරුවන් ගුණ සිහි කරල මහා සංඝ රත්නයට, ආර්ය උතුමන්ට, උත්තමාවියන්ට, ආර්ය ගුණ පුරන සිල්වතුන්ට සිවුපසයෙන් ඇප උපස්ථාන කරල, සියලු ලෝක සත්ත්වයන්ට ආර්ය මෙත් සිත පතුරවල රුස් කරගන්නා පින්, අපේ ජීවිත පවත්වාගෙන යන්න ළිං තොටු, වැව් අමුණු, මංමාවත්, කෙත් වතු... ආදිය සකස් කරල මිය පරලොව ගිය අයට, දෙමව්පිය, ගුරුවර, වැඩිහිටි, ඤාතීන්ට, හිතවතුන්ට, අපි අතින් වැරදි අසාධාරණ හිංගි හිංසා සිද්ධ වුන අයට, අප නමින් මිය පරලොව ගිය ඤාතීන්ට, ලෝක පාලක දෙවියන්ට, ගම් බිම් බාරව කෙත්වතු බාරව කටයුතු කරන දෙව් දේවතා පිරිස්වලට, ඉෂ්ඨ දේවතාදීන්ට අනුමෝදන් කරල ණය ගනුදෙනු ගෙවන්න ඕන. බුදුන් වහන්සේ දේශනා කළ නිවනට හේතු වෙන ඤාතකානංච සංගහෝ කියන මහා මංගල කාරණය මේකයි.

මනුස්ස වෙලා ඉපදුන යම් **කෙනෙක් ඇත්නම්, ඒ අය විසින් කළ යුතුම දේ තමයි සසර බය වටහාගෙන, ලෝක ආස්වාදය මායාවක් බව වටහාගෙන, අසාර ලෝකයට ඇති ඡන්ද රාගය, ඇල්ම අත්හැරල මේ භයානක සසරින් එතෙර වෙන්න කටයුතු කරන එක.** ඇයි මේ සසර භයානකයි කියන්නෙ? කාම ලෝක, රූප ලෝක, අරූප ලෝක කියන මේ තුන් ලෝකයට අයිති, සත්ත්වයින් ජීවත් වෙන ලෝක තිස් එකක් (තල 31 ක්) තියෙනවා. අපට පේන්න තියෙන්නෙ ඒවායින් අල්ප මාත්‍රයක් විතරයි. දිය මතුපිට පාවෙන හිම කන්දක් වගේ නොපෙනෙන කොටස වැඩියි. යම් නැවක කපිතාන්වරයෙක් මේ පේන කොටස ගැන විතරක් හිතල කටයුතු කළොත් හිම කන්දෙ නොපෙනෙන කොටසෙ වැදිල නැව විනාස වෙනව වගේ, නොපෙනෙන ලෝක ගැන හිතල කටයුතු නොකළොත් සංසාර සාගරේ අපිත් අනාත වෙනවා.

අපි දකින්නෙ පොළෝ තලය විතරයි. ඒකෙනුත් ක්ෂුද්‍ර ජීවීන්, මුහුදු පතුල වගේ තැන්වල වාසය කරන ජීවීන් හරියට දකින්නෙ නෑ. අට මහ නිරය, ඔසුපත් නිරය ඇතුළු නිරයවල් එකසිය තිස් හයක් (136) ගැන මනුස්ස ලෝකෙ ඉන්න අය දකින්න හිතන්නෙවත් නෑ. ඒවා ඒ තරම් භයානක දුක් වේදනා විඳින සත්ත්ව ලෝක. මිනිස් ලෝකයට සාපේක්ෂව, සැප තියෙන දිව්‍ය ලෝක, බ්‍රහ්ම ලෝක තියෙනවා. සාපේක්ෂව කිව්වෙ ඒ ලෝකවලත් යම් ප්‍රමාණයක දුක් වේදනා තියෙන නිසා. සිවු අරිසස් අවබෝධ කර නොගත්ත ඕනෑම කෙනෙක් මේ භයානක දුක් සහිත ලෝකවල උපදින්න තියෙන අවදානමෙන් නිදහස් වෙලා නෑ. සසර භයානකයි කියන්නෙ ඒ නිසා. ඇහැට පෙනෙන දුක අවබෝධ කර නොගන්න මිනිස්සු, නොපෙනෙන දේවල් ගැන කොහොමත් හිතන්නෙ නෑ. කම් සැප විඳින්නම අති දුර්ලභ මනුස්ස ජීවිතය ගත කරනවා.

පටිසම්භිදාමග්ගප්‍රකරණයේ පළමු කාණ්ඩයේ 434 පිටුවේ වජ්ජ කියන්නෙ මොනවද කියල විස්තර කරල තියෙනවා. "සබ්බ කිලේසා වජ්ජා,

සබ්බ දුච්චරිතා වජ්ජා, සබ්බේ අභිසංඛාරා වජ්ජා, සබ්බේ භවගාමී කම්මා වජ්ජා..."

හය දොරින් ගන්න අරමුණු කෙරෙහි රාග, ද්වේශ, මෝහ, මාන, දිට්ඨි, ක්‍රෝධ, ඊර්ෂ්‍යා... ආදී වශයෙන් ඇතිකර ගන්නා බැඳීම් සබ්බ කිලේස වෙනවා. හය දොරින් ගන්නා අරමුණු "මම, මගේ" කරගෙන ආස්වාද විඳීමේ බලාපොරොත්තුවෙන් ලෝක සත්ත්වයාට හිතින්, කයින්, වචනයෙන් කරන, කරවන සියලු හිංගි හිංසා සබ්බ දුෂ්චරිත වෙනවා. ලෝක සත්ත්වයාට හිංගි හිංසාවක් සිද්ධ නොවුනත්, හය දොරින් ගන්නා කුසල අරමුණු නිවන මුල්කර නොගෙන දිව්‍ය තලවල, රූපී අරූපී බ්‍රහ්ම තලවල නැවත උපතක් ලැබීමේ කැමැත්තෙන් සිද්ධ කරනව නම්, කවදාහරි සසර පැවැත්මක දුකට වැටෙන හේතුවෙන් සියලු අභිසංඛාර වජ්ජයි. මේ කරුණු තුන හොඳින් විමසල බැලුවම, කුමන හෝ භවයක පැවැත්මක් ගොඩනගන කර්ම සිද්ධ කරන එක වැරදියි, වජ්ජයි. සබ්බේ භවගාමී කම්මා වජ්ජා කිව්වෙ ඒකයි.

මේ විදිහට බැලුවම අනවජ්ජ කම්ම වෙන්නෙ මතු භවයක් සකස් නොවෙන්න සිද්ධ කරන කර්ම. නිවන් දකින එක මූලික අරමුණ කරගෙන, ලෝක සත්ත්වයාට හිතින්, කයින්, වචනයෙන් හිංසාවක් නොවෙන විදිහට හිත, කය, වචනය ක්‍රියාත්මක වෙන්න ඕන. රාග, ද්වේශ, මෝහ සහමුලින්ම දුරුවෙන විදිහට හිතන්න, කියන්න, කරන්න පුරුදු පුහුණු වෙන්න ඕන. මේ විදිහට ගත කරන ධර්මානුකූල ජීවිතයක පර පණ නැසීම, සොරකම... ආදී දස අකුසල පාප ධර්මයන්ට ඇල්මක් නෑ. ඒවායින් වෙන් වෙලා (විරති) ආර්ය ගුණ වඩන කැමැත්තෙන් (ආරති) කටයුතු කරන එක ආරති විරති පාපා කියන මංගල කාරණය වෙනවා.

ලෝක සත්ත්වයා පංච කාමය පානය කරනවා. ඇසෙන් මන වඩන රූප, කනෙන් මන වඩන ශබ්ද, නාසයෙන් මන වඩන ගන්ධ, දිවෙන් මන වඩන රස, කයෙන් මන වඩන පහස, මනෙන් මන වඩන ධර්ම පානය කරනවා. රසවත් බවෙන් මත් වෙනවා. යථාර්ථය දැක දැකත් මේවායේ ඇලෙමින් සරාගික වෙලා මිහිරියාව භුක්ති විඳිනවා. ලෝක සත්ත්වයා මත් වෙන්නෙ සුරා කියල අද භාවිතා කරන ඇල්කොහොල්වලින් විතරක් නෙවෙයි. රූපයෙන්, ධනයෙන්, බලයෙන්, නිලයෙන්, ජවයෙන්, තරුණ මදයෙන් වගේ නොයෙක් දේවල්වලින් මත් වෙනවා. මේ විදිහට මත්වෙන අයට නිවන ප්‍රමාදයි. යම් කෙනෙක් මේ පංච කාමයන්ගේ ආදීනව දකල, අසාරත්වය වටහගෙන ඒවායින් වෙන්වෙලා නිවනට හිත පිහිටුවාගෙන හිත, කය, වචනය සංයමයට පත් කරගන්නව නම්, ඒක මජ්ජ පානාච සංඤමෝ කියන මංගල කාරණය වෙනවා.

සංයමයට පත්වෙලා අප්‍රමාදීව නිවන අරමුණු කරගෙන කටයුතු කරන කොට රාග, ද්වේශ, මෝහ දුරු කරන්න සද් දහම ඇසුරු කරගෙන, සේවනය කරගෙන යනවා. එතනදි අප්පමාදෝච ධම්මේසු කියන මංගල කාරණයත් සිද්ධ වෙනවා.

අප්‍රමාදව ධර්මානුකූලව කටයුතු කරගෙන යනකොට ගරු කළ යුතු අය හඳුන ගන්නවා. නිවාත ගුණය කියන්නෙ, නිවෙන අතට ගුණ වෙනවා. නිවන අතට නැමී සිටින ගුණයෙන් නිවාත ගුණ ඇති අය හඳුන ගන්නවා. නිවාත ගුණය ගැන සඳහන් කරනකොට උත්තම රහතන් වහන්සේලා අතරින් සාරිපුත්ත මහ රහතන් වහන්සේ පෙරමුණේම ඉන්නවා. සාරිපුත්ත සීහනාද සූත්‍රයේ **තමන් වහන්සේව හඳුන්වා දෙන්නෙ, මම හරියට අං හැලිච්ච ගොන් මාල්ලෙක් වගෙයි කියල. ඒ කියන්නෙ ගැහුවත් ගහන්නෙ නෑ, ඔච්චං කළාට ඔච්චං කරන්නෙ නෑ, බැන්නත් බනින්නෙ නෑ, රාග ගින්නෙන්, ද්වේශ ගින්නෙන්, මෝහ ගින්නෙන් ඇවිලෙන්න ගිනි නෑ. සහමුලින්ම නිවිල.** අපිත් ඒ වගේ නිවාත ගුණය පුරුදු පුහුණු කරන්න ඕන. දහම විද්‍යාමාන වෙන තැනදි, ආර්ය ගුණ තියෙන ගරු කළ යුතු අයට ගරු කරමින් නිවාත ගුණයට නැමීම ගාරවෝච නිවාතෝච කියන මංගල කාරණය වෙනවා.



ත්‍රිවිධ රත්නයේ අනන්ත ගුණ නිසා තමයි මට මේ සැනසිල්ල ලැබුනෙ කියල, ආර්ය භාවයට පත්වීමේ සැනසීම සිහි කරල සතුටු වෙනවා. ඒ දහම දේශනා කළ ආර්යන් වහන්සේලාගේ ගුණ සිහි කරනවා, කෘතඥ වෙනවා. කෘතවේදී බව, සතුටු බව විද්‍යාමාන වෙන්නෙ, ඒ ධර්මය අහන්න කැමති අය කවුද කියල වැටහුනොත් ඒ අයට ධර්මය කියල දීමෙන්. එහෙම කියල දීමෙන් ඒ අය සතුටු කරනවා. තවත් කෙනෙකුට ආර්ය භාවයට පත් වෙන්න උදව් කරන්න පුළුවන් වීම ගැන තමනුත් සතුටු වෙනවා. මේ මංගල කාරණයට සංතුට්ඨීච කතඤ්ඤුතා කියනවා.

දැන් අනු පිළිවෙලින් මේ මංගල කාරණා අනුව කටයුතු කරගෙන පිළිවෙත් පුරාගෙන ආව අයට, ආර්ය ගුණ ඇති අයගෙන් නිතර දහම් ශ්‍රවණය කරන්න හිත එනවා. ඒ දහම අහනකොට හොඳින් අවබෝධ වෙන්න සුදුසු කාලය ඇවිත් තියෙන නිසා නිවන් මග හොඳට වැටහෙනවා. මේ මංගල කාරණයට කාලේන ධම්ම සවනං කියනවා.

මේ විදිහට දහම් ශ්‍රවණය කරල නිවනේ ශාන්තිය අවබෝධ කර ගන්නවා. ඒ ශාන්තිය අත්විඳල ඊට අනුකූලව සුවච බවට පත් වෙනවා. චිත්තය සුවයක් ඇසුරේ පිහිටල තියෙනවා, සුව + ච වෙනවා. (ඛන්තී + ච + සුව + ච + අස්සතා) මේ මංගල කාරණයට ඛන්තීච සෝව චස්සතා කියනවා.

මේ දහම් මග පුරුදු පුහුණු කරගෙන යනකොට තමන්ගෙ මනස සමනය වෙලා, සුව මනසකට යාවෙනවා. සමණ කියන්නෙ කාටද කියල තමන් තුළින්ම අත්දකීමෙන්ම දකිනවා. සමණානංච දස්සනං කිව්වෙ ඒකයි. සමණානං දස්සනං නෙවෙයි. සමණානං + ච දස්සනං. අභ්‍යන්තර ගුණයට අනුකූල ගති වශයෙන්, බාහිරව නිතර නිතර කල්‍යාණ මිත්‍ර සේවනයට පන්සලට යනවා. දහම් මග පුරුදු පුහුණු කරගෙන යත්දි විවිධ ගැටළු ඇති වෙනවා. ඒවා විසඳගෙන ධර්මය සාකච්ඡා කරනවා. කාලේන ධම්ම සාකච්ඡා කියන මංගල කාරණය මේකයි.

සාකච්ඡාවක කතාව, ක්‍රියාව දෙකම එක අරමුණක තියෙන්න ඕන. දෙන්නෙක් එකතු වෙලා මත් පැන් බොමින්, දුම් වැටි උරමින්, බුදු දහම ගැන කතා කරනව නම් ඒක ධර්ම සාකච්ඡාවක් වෙන්නෙ නෑ. හොඳ උපාසක මහත්වරු දෙන්නෙක් එකතු වෙලා පන්සලේ බුදු කුටිය පිරියම් කරන්න කතා කරනව නම් ඒක ධර්ම සාකච්ඡාවක් වෙනවා. අද අපි **ධර්ම සාකච්ඡා කියන්නෙ දහම් කරුණු පිළිබඳව කතා කරන එකට විතරයි. නමුත් ධර්ම සාකච්ඡාවක් නම් නිවන මුල් කරගන්න ඕන.** සමහර ධර්ම සාකච්ඡා සිද්ධ වෙන්නෙ ප්‍රසිද්ධිය, ජනප්‍රියත්වය මුල් කරගෙන. තවත් සමහර ඒවා ආර්ථිකය මුල් කරගෙන. ඒවා නියම ධර්ම සාකච්ඡා නොවෙන නිසා තමයි අහගෙන ඉන්න පිරිසට නිවන් නොලැබෙන්නෙ, සමාජය යහමගට නොවැටෙන්නෙ.

ඉන්ද්‍රිය සංවරය ඇති කරගෙන, ඉවසීමේ උතුම් ගුණය, තපෝ ගුණය, බ්‍රහ්ම චරියාවේ අගය වටහා ගන්නවා. චතුරාර්ය සත්‍යය, පටිච්ච සමුප්පාදය... ආදී දහම් කරුණු වඩාත් හොඳින් අවබෝධ කරගෙන, ගිහි ජීවිතයේ තියෙන බාධා කරදරවලින් නිදහස් වෙලා, දුටු නිවන පූර්ණ කර ගන්න ගිහි බැඳුම්වලින් නික්මිලා නිබ්බාණ සච්ඡි කිරියාවට හිත තියා ගන්නවා.

ඒ කාලෙ අද වගේ පුංචි ළමයි නිකම්ම මහණ කරල නෑ. ඒ අය පුංචි වුනත් ධර්මාවබෝධයට හේතු වාසනා දකලයි, බුදුන් වහන්සේගේ අනු දැනුම ඇතුවයි සමහරු පැවිදි කළේ. ධර්මය ශ්‍රවණය කරල සිවු අරිසස් අවබෝධ කරගෙන, පටිච්ච සමුප්පාද දහම තේරුම් අරගෙන, අවබෝධ කරගත්ත දහම් මග පූර්ණ කරගන්නයි එදා පැවිදි වුනේ. කෝලිත, උපතිස්ස, යස සහ යහළුවන්, භද්‍ද වග්ගිය කුමාරවරු මේ හැම දෙනාම ධර්ම ශ්‍රවණය කරල, සිවු අරිසස් අවබෝධ කරගෙන, තරුණ වයසෙදි පැවිදි වෙලා දුටු නිවන පූර්ණ කර ගත්තා. ඒ කාලෙ අය වයසට ගිහින් පැවිදි වුනා කියලත් අද වගේ කවුරුවත් පහත් විදිහට සළකල නෑ. මූලික දහම් අවබෝධය ලැබුණ අයට ඒ දුටු නිවන පූර්ණ කරගන්න පැවිදි වෙන්න නිදහස තිබුණා. ධර්මාවබෝධය ලබල පැවිදි වෙලා ටික දවසකින්ම, නැත්නම් කෙටි කාලයකින්ම අට ලෝ දහමින් කම්පා නොවෙන සිතක් ඇති, සෝක නොකරන, රාගාදී කෙළෙස්වලින් තොර, ඛේම නමින් හඳුන්වන ඒ අමා නිවන සාක්ෂාත් කරගන්න මහා මංගල්ලය ඉෂ්ට සිද්ධ කර ගත්තා.

බාලයන් සේවනය නොකිරීමෙන් ආරම්භ කරල මේ මංගල කාරණා 38 අනු පිළිවෙලින් කරගෙන එන පුද්ගලයාට, කිසියම් හෝ පරාද වීමක් නොවී සියලු යහපතින් අභිවෘද්ධියෙන් යුතුව උතුම් නිවන කරා ජීවිත ගමන ගෙනියන්න පුළුවන්.

මංගල්ලයක් කියන්නෙ සතුටු සහගත අවස්ථාවක්. ජීවත්ව හිටිය කෙනෙක් මැරුණම දුකයි. එහෙනම් ඇයි ඒකට අවමංගල්ලයක් කියන්නෙ? මංගල්ලයයි මහා මංගල්ලයයි දැන ගත්ත වගේ, අවමංගල්ලයයි පිරිනිවන් මංගල්ලයයි කියල තව මංගල්ල දෙකක් තියෙනවා. මේ දේ හොඳයි, මේ දේ නරකයි කියල දැනගෙන, නිවන මුල් කරගන්නෙ නැතුව හොඳ ගුණයහපත් අය ඇසුරු කරනවා, සේවනය කරනවා. නපුරු දුෂ්චරිත වැඩ කරන අය ඇසුරෙන් ඈත් වෙනවා, සේවනය නොකර අත්හරිනවා. මේ විදිහට මංගල කාරණා ජීවිතයට එකතු කරගෙන යහපත් ජීවිතයක් ගත කරනවා. **පූර්ණ කර ගන්න තිබුණ නිවන පූර්ණ කර ගන්නෙ නැතිව මරණින් පස්සෙ සුගතිය විතරක් ලබනවා. නිවන අව කරගත්ත නිසා ඒ අයගෙ මරණයට අව මංගල්ලයක් කියනවා. නිවන පූර්ණ කරගත්ත උත්තමයන්ගෙ මරණයට පිරිනිවන් මංගල්ලය කියනවා.**

මනුස්ස ජීවිතයක් ලබල පස්කම් සැපයටම ඇදිල බැඳිල, පිනක්වත් කරගන්නෙ නැතුව දුගතියට යන මරණයක් අයිතිකර ගත්තම, මනුස්ස ශරීරය වෙනුවට පහත් ශරීරයක්, කලුරියක් ලැබෙන නිසා කලුරිය කළා කියනවා. ඒ නිසා නිතර අත්පොතක් වගේ කියවන මංගල සූත්‍රයේ නියම අරුත වටහා ගෙන, මේ මගුල් කරුණු ජීවිතයට එකතු කරගෙන පරාජය නොවන නිවන උදා කරගන්න හැම දෙනාම අධිෂ්ඨාන කර ගන්න.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් නැවත මතු කරන ලද සැගවුනු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ :

ඩබ්ලිව්. ඒ. තිළිණවතී
විශ්‍රාමික මහජන බැංකු නිලධාරිනී,
කඩවත - 011-2901508

පෙළ දහමේ සැඟවුණු තැන් සොයා...

07 වන කොටස



අංගුත්තර නිකාය 6

සමාධි සූත්‍රය - 15 පිටුව

ආපෝ, තේජෝ, වායෝ, පඨවි, ආකාසානංචායතන, විඤ්ඤානං -චායතන, ආකිංචඤ්ඤායතන, නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතන, මෙලොව පරලොව යන සඤ්ඤා නැති සමාධි ප්‍රතිලාභය "ඒතං සංතං ඒතං ප්‍රණීතං යදිදං සබ්බ සංඛාර සමතෝ... එයම ශාන්තයි එයම ප්‍රණීතයි, සබ්බ සංඛාරයන්ගේ සමථයක් ඇත්ද..." යනුවෙන් නිවන ගැන විස්තර කර ඇත.

සාරිපුත්ත සූත්‍රය - 17 පිටුව

අන්‍ම (අනික්) සඤ්ඤාවක් ඇති වේ. අන්‍ම සඤ්ඤාවක් නිරෝධ වේ. දර ආදියෙන් ගින්නක් ඇති වූ විට අන්‍ම ගිනි සිලක් උපදී. අන්‍ම ගිනි සිලක් නිරුද්ධ වේ. එසේම භව නිරෝධය නිර්වානයයි.

අවිද්‍යා සූත්‍රය - 205 පිටුව

අවිද්‍යාවට ආහාරය පංච නීවරණයයි. ඊට ආහාරය ත්‍රිවිධ දුස්චරිතයයි. ඊට ආහාරය ඉන්ද්‍රිය අසංවරයයි. ඊට ආහාරය අසම්ප්‍රජානයයි (රාග, ද්වේශ, මෝහවලට හසුවීම). ඊට ආහාරය අයෝනිසෝමනසිකාරයයි. ඊට ආහාරය නොඇදහිල්ලයි. ඊට ආහාරය අසද්ධර්ම ශ්‍රවණයයි. ඊට ආහාරය අසත්පුරුෂ සේවනයයි.

ආකංඛෙය්‍ය සූත්‍රය - 237 පිටුව

ශූන්‍යාගාරය යන්න භාවනාවෙන් තමන් තුල වඩා ගන්නක් බව පෙන්වයි. එහි පරමාර්ථ අර්ථය, කිසිවෙක් වාසය නොකරන ගල් ගුහාවක් වැනි ස්ථානයක් නොවන බව මෙයින් පැහැදිලි වේ.

කණ්ඨක සූත්‍රය - 243 පිටුව

කටු දසය පිළිබඳව සඳහන් කර ඇත. එනම්,

1. ප්‍රවිවේකයට සංගනිකාරාමයද (පිරිස් සමග ඇලී ගැලී වාසය කිරීම)
2. අසුභ නිමිත්තානුයෝගයට සුභ නිමිත්තානුයෝගයද
3. ඉන්ද්‍රිය ගුප්තද්වාර (ඉන්ද්‍රිය සංවරය) ඇතියහුට විසුළු දසුන්ද
4. බඹසරට මාගමද
5. ප්‍රථම ධ්‍යානයට ශබ්දයද
6. ද්විතීය ධ්‍යානයට විතර්ක විචාරද
7. තෘතීය ධ්‍යානයට ප්‍රීතියද
8. චතුර්ථ ධ්‍යානයට ආස්වාස ප්‍රාස්වාසද
9. සංඥාවේදයිත නිරෝධ සමාපත්තියට සංඥාද
10. වේදනාද කණ්ඨකයි.

රාග, ද්වේශ, මෝහ කණ්ඨකයි.
රහත්හු අකණ්ඨකය, නිශ්කණ්ඨකය.

වඩ්ඩි සූත්‍රය - 245 පිටුව

ආර්ය ශ්‍රාවකයා කරුණු 10 කින් මෙලොවදී වැඩේ.

කෙත්වතුවලින්, ධන ධාන්‍යයෙන්, පුත්‍ර දාරාවන්ගෙන්, දස්කම්කරු ආදීන්ගෙන්, සිවුපා ආදීන්ගෙන් මෙසේ කායික සාරය ලබයි. මිතුරන්, නෑයන්, රජුන් විසින් පුදන්නේ බෝගවත් යසස් වී වෙයි., ශ්‍රද්ධාවෙන්, සීලයෙන්, ශ්‍රැතයෙන්, ත්‍යාගයෙන්, ප්‍රඥාවෙන් වැඩේ.

මෙසේ උත්තමාර්ථය ගන්නා ලද්දේ වේ. මෙසේ උභයාර්ථ (ලෞකික / ලෝකෝත්තර) සිද්ධිය ලබයි.

මිගසාලා සූත්‍රය - 249 පිටුව

මිගසාලා උපාසිකාවගේ පුරානනම් පියා බ්‍රහ්මචාරීව විසීය. ඉසිදත්ත නම් සුළු පියාඅබ්‍රහ්මචාරීව විසීය. දෙදෙනාමමියගොස් තුසිත දෙව්ලොවඋපන් බව බුදු පියාණන් වහන්සේ පැවසීය. නානා චරිත ඇතිදෙදෙනෙක් සමාන උපත් ලැබීම මිගසාලා උපාසිකාවට සැක සහිත කතාවක් විය. මෙය මුල්කරගෙන **පුද්ගල ප්‍රමාණගැනීම බුදුවරයන් වහන්සේලාටම ආවේණික බව දේශනා කර ඇත. එනම්, කෙනෙක්ගේ ගුණ මහත්වය ආදී කාරණා හරියටම එල්ල කර ප්‍රකාශ කළ හැක්කේ බුදුවරයන් වහන්සේලාට පමණි.**

පඨම අධම්ම සූත්‍රය - 403 පිටුව

අර්ථ - ධර්ම සහ අනර්ථ - අධර්ම පෙන්වයි. මිච්ඡා අට මග අනර්ථ - අධර්මයි. සම්මා මාර්ගය අර්ථ - ධර්මයි.

465 පිටුව

අර්ථ - ධර්ම හා අනර්ථ - අධර්ම පිළිබඳ තව ක්‍රමයක්. දස අකුසල් අනර්ථ හා අධර්මයි. දස කුසල් අර්ථ හා ධර්මයි.

ජානුස්සෝනීය සූත්‍රය - 491 පිටුව

ප්‍රේතයන්ට පින් දීම, පුද දීම... ආදිය පෙන්වා ඇත.

දුතීය නිරය සූත්‍රය - 527 පිටුව

දස අකුසල්හි මිත්‍යා දෘෂ්ටිය විපරීතම දෘෂ්ටිය වන දස වස්තුක මිත්‍යා දෘෂ්ටියයි.

සප්පනීය පරියාය සූත්‍රය - 533 පිටුව

කම්මස්ස කෝම්හි... ආදී වශයෙන් කර්ම දායාද කර පව්කම් කළ අයට දායාද වශයෙන් මතු අනුකූල උප්පත්ති ලැබීම පෙන්වයි. වක්‍ර කර්මවලට



සිත එක්තැන් කිරීමට කුමක් කළ යුතුද?

සිත එක්තැන් කරන්න කළ යුතු දෙයක් නෑ. සිත නම් ප්‍රභාෂ්වරයි. දුවන්නෙ නැති සිතක මොනවා එක්තැන් කරන්නද? සිත එක්තැන් කරන්න භාවනා කරන අය ඊට පෙර තමන් කරන උත්සාහය මොකක්ද, ඒකෙන් ලැබෙන ප්‍රතිඵලය මොකක්ද කියල විමසල බලන්න ඕන. **අද දකින්න ලැබෙන බඩ සාගින්නෙන් පීඩිත අන්ත දුගියෙක් ජීවත් වෙන්න කරන උත්සාහයට වඩා, සමහර පිංවතුන් හිත එක්තැන් කරන්න උත්සාහ දරන බව පේනවා.** නමුත් ඒක බොහෝ විට හීනයක් වගේ. නින්දෙන් අවදිවෙන කොට වගේ හිත එක්තැන් වීමක් සිද්ධ වෙලා තියෙනවද කියල කල්පනා කරල බලන්න.

අනුගමනය කරන මග හරි නම්, ඔය තරම් උත්සාහ කරල ධ්‍යානලාභී වෙච්ච අය ගැන පැරණි පොතපතකවත් සඳහන් වෙලා තියෙනවද කියල හොයල බලන්න. පෙර බෝසතාණන් වහන්සේලාට නම් වසර හත අටකට වඩා ඒ සඳහා ගත වෙච්ච බවක් දැනගන්න තියෙන අවස්ථා විරලයි. නමුත් අද බෝසතාණන් වහන්සේලා කියල හඳුන්වන අය නම් ඉන්නවා. හැබැයි ඒ බව දැනගත්ත ක්‍රමයක් නම් නෑ. සමහර විට දෙවියන් පැවසූ බව කියන අයත් ඉන්නවා. නමුත් ඒ කියමන් පිළිගන්නෙ කිසිම ඉවක් බවක් නැතිව. **දෙවියෙක් තමන්ට මෙහෙම කියනවයි කියල යමෙකුට හැඟෙනව නම්, අඩු ගානෙ මේ කියන්නෙ දෙවියෙක්ද, එහෙම නැත්නම් තමන් රවටන භූතයෙක්ද, එහෙමත් නැත්නම් සිහින මායාවක් වගේ පෙනෙන මනෝ රූපයක්ද කියල පරීක්ෂා කිරීම නුවණ තියෙන පින්වතුන්ගේ යහමගට මහෝපකාරී වේවි.**

එබඳු අවස්ථා යමෙකුට උදා වුනා නම්, ඒ පෙනෙන දෙවියන් කියන අයගෙන් නොබියව පරීක්ෂණයක් කරල හිතට එකඟව නිගමනය කරන්න. එතකොට අඩු තරමින් දෙවියෙක් තමන් සමග කතා කරනවද කියලවත් තීරණයකට බහින්න පුළුවන් වෙයි. මේ පරීක්ෂණය කරන්නෙ

වක්‍ර වෙන, හැකිළෙන උපත් ලැබෙන බවත්, දස කුසල් ඍජු කර්ම බවත්, ඍජු උපත් වශයෙන් මිනිස්ව ක්ෂත්‍රිය, බ්‍රාහ්මණ, ගහපති මහා සාර කුලද, දේව උපත්ද ලබන බව පෙන්වයි.

පඨම සංචේතනික සූත්‍රය - 539 පිටුව

සංචේතනික පාප කර්ම (බලවත් පාප කර්ම හෙවත් මහත්ගත අකුසල්) විපාක නොවිඳ කෙළවර නොවන බවත්, එය දිට්ඨ ධම්ම හෝ සම්පරායිකව (දෙවන අත්බැවේදී / පරලොවදී) විපාක දෙන බවත් පෙන්වා ඇත.

කුසල සංචේතනා (බලවත් කුසල කර්ම හෙවත් මහත්ගත කුසල්) හේතුවෙන් කළ පුණ්‍ය කර්ම විපාක නොදී අවසන් නොවන බවත්, දිට්ඨධම්ම හෝ සම්පරායිකව විපාක දෙන බවත් පෙන්වයි.

කරජකාය සූත්‍රය - 555 පිටුව

පහ වූ අභිජ්ජා දෝමනස්ස ඇති සම්‍යක් ප්‍රඥා ඇති අරිසච්චවත් අප්‍රමාණ මෛත්‍රිය වඩයි. හේ මෙසේ සිතයි. පෙර අභාවිත (මෛත්‍රී නොකළ) සිත පරිත්තයි (සීමිතයි). දැන් අප්‍රමාණ භාවිත සිත වේ. පරිත්ත වූ කර්ම කරන ලද්දේද සුභාවිත අප්‍රමාණ සිතෙහි ඒ කර්ම ගෙවී යයි. මේ කරජ කය පරලොවට නොයයි. චිත්තක්ෂණාන්තරයක් වන මිනිස් වන මා කළ කර්ම මෙලොවදී විඳින්ද යුතුය. ඔහු අරිහත්වයට පත් නොවුනහොත් අනාගාමී වේ.

නචේතනා කරණීය සූත්‍රය - 587 පිටුව

චේතනාවෙන් නොයන නිවන් මග ඇත.

පඨම සංඥා සූත්‍රය - 601 පිටුව

ලෞකික වූ සියලු සංඥා නොගෙන නිවන ශාන්ත ප්‍රණීත ලෙස වඩන භාවනාව ඇත.

මහානාම සූත්‍රය - 621 පිටුව

බුද්ධානුස්සති, ධම්මානුස්සති, සංඝානුස්සති වඩන විට සමාධියද, වීතරාග, වීතදෝස, වීතමෝහ ලැබෙන බවද පෙන්වයි.

සීලානුස්සතිය, ත්‍යාගානුස්සතිය, දේවතානුස්සතිය වැඩීමෙන්ද සමාධිය ලැබෙන අයුරු පෙන්වයි.

දුතිය මහානාම සූත්‍රයේ මෙසේම යන, සිටින, හිඳින, නිදන, කර්මාන්තයේ යෙදෙන, පුත්‍ර සම්බාධ සහිත, සයනයෙහි... යන හැම තැනදීම සිහි කරන ලෙස පෙන්වයි.

නන්දිය සූත්‍රය - 633 පිටුව

දේවතානුස්සතිය වඩන විට කබලිංකාර ආහාර වළඳන ස්වභාව ඉක්ම වූ කටයුතු අත්හළ මනෝමය කායික දේවතාවන්ද සිහි කරන ලෙස පෙන්වා ඇත.

ආර්ය ශ්‍රාවක මෙසේ අනුස්සති භාවනා වඩන විට අත්හළ දෙය නැවත නොගන්නා බව නිදසුන් දෙකකින් පෙන්වයි.

ජල බිඳුනක් යටිකුරු කළ මෙන්ද, ලැව් ගින්නකදී දැවුනු තැන නැවත දැවෙන්න දෙයක් නැති නිසා යළි ගිනි නොගන්නා මෙන්ද පෙන්වා ඇත.

මෙත්තානිසංස සූත්‍රය - 645 පිටුව

මෙත් වැඩීමේ ආනිසංස 11 ක් පෙන්වයි.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් දින පොතක සටහන් තබන ලද කරුණු ඇසුරිනි.

සටහන
නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

නැත්නම්, තමන්ට තමන්ම ආත්ම වංචාවක් කරගෙන රැවටෙන්නෙක් නේද කියල තීරණය කරනව නම් ඒකත් නුවණක්කාර තීරණයක්. ඒ පුද්ගලයත් පින්වතෙක්, නැණවතෙක්.

මේ පරීක්ෂණය කරන්නෙ කොහොමද? දෙවියො නම් දිවැස්, දිවකන් තියෙන අය. ඒක කර්ම විපාකජ ඍද්ධි, පුණ්‍ය ඍද්ධි වගේ දෙයකින් දෙවියන්ට ලැබෙන දෙයක්. මීටත් වඩා බලවත් බ්‍රහ්මයින් පවා සමහර අයට කතා කරන බව කියන අවස්ථා තියෙනවා. බ්‍රහ්මයින්ට ධ්‍යාන බල තියෙන නිසා කල්ප ගණනක් අතීත අනාගත තත්ත්වයන් දිවැසින් බලන්න පුළුවන්.

පළමුව කෙනෙකුට කියල, මොනවා හරි ඇතුලෙ තියල ඔතපු පාර්සල් කීපයක් හදාගන්න. හැබැයි ප්‍රකෘතියෙන්, එහෙම නැත්නම් මස් ලේ කය ආධාරයෙන් තමන්ට හොයාගන්න බැරි දෙයක් ඒ තුළ තිබිය යුතුයි. ඊට පස්සෙ තමන්ට පේන්න එන දේවතාවෙක් ඉන්නව නම් එතුමාගෙන් දිවැස් දිවකන් ගැන විමසන්න. එහෙම දෙයක් නැති බව කියනව නම් හෝ වසන් කරන්න උපක්‍රම යොදනව නම් හෝ තමන්ම තීරණයකට බහින්න. දෙවියන්ට දිවැස්, දිවකන් තියෙනවා. ඒක බොරු නෙවෙයි. දිවැස්, දිවකන් තියෙන බව කිව්වොත්, තමන්ටත් අනුන්ටත් යහපත පිණිස මේ පරීක්ෂණය කරන බව කියන්න. තමන්ගෙ පෙර අත්බවේ තොරතුරුවත් නොදන්නව නම්, තමන් බෝසතාණන් වහන්සේ නමක් බව ඒ දේවතාවා කොහොම නිගමනය කරන්නද? රැවටීමකට ලක්වෙලා තමන් ඒක විශ්වාස කළා නම්, මේ ශ්‍රාවක ආර්ය මාර්ගය අනුගමනය කිරීමෙන් තමන්ට ප්‍රතිඵල නෙළාගන්න තියෙන අවස්ථාවත් නැති වෙනවා. ලෝකයාට උත්තරීතර බෝසතාණන් වහන්සේ නමක් බව අඟවන ඔබ රැවටීමකට ලක්වෙලා එහෙම කිව්ව නම්, ඒක අහන විශ්වාස කරන අයටත් පිරිහීමක්. තමනුත් දෙලොවම රැවටෙනවා, පිරිහෙනවා.

ඒ නිසා ඒ දෙවියන්ට තමන් අතට ගත්ත පාර්සලය තුළ තියෙන දේ දිවැසින් බලල ප්‍රකාශ කරන්න කියල ඉල්ලීමක් කරන්න. ඒවා කොළයක සටහන් කරල තියල පසුව ලිහල බලන්න. දේවතාවා කියපු දේ හරි නම්, ඔබේ ඒක පරීක්ෂණයක් සාර්ථකයි. එතකොට ප්‍රසංසා කරල, විශ්වාසවන්ත කිහිප දෙනෙකුට තමන්ට ඇහෙන්නෙ නැති දුරක ඉඳගෙන සාකච්ඡාවක් කරන්න කියල, ඒ අයට ඒ කරුණු පත්‍රිකාවලත් සටහන් කරගන්න කියන්න. දේවතාවාට කතා කරල ඒ ස්ථානයට දිවැස් දිවකන් යොමු කරල, ඒ අය සාකච්ඡා කරල සටහන් කරගත්ත කරුණු තමන්ටත් කියන්න කියල, තමනුත් සටහන් කරගෙන පසුව සංසන්දනය කරල බලන්න.

මෙබඳු පරීක්ෂණයක් කළාම හිතට එකඟව ඒ දේවතාවෙක්ද කියල පරීක්ෂා කර ගන්න පුළුවන්. එහෙම කරන්න බැරි නම්, මුළාවට රැවටෙන්නෙ නැතිව කොහොම හරි ආර්ය සමාධියක් වඩාගන්න උත්සාහ කරන්න. අනුගමනය කරන මග හරි නම්, බ්‍රහ්මචාරීව හුදෙකලා බවින් වාසය කරන මග තියේ නම්, ඉතා ඉක්මනින් ප්‍රතිඵල ලබන්න පුළුවන්. මෙතෙක් කල් අනුගමනය කළ භාවනා මාර්ගවලින් ප්‍රතිඵලයක් නැත්නම් මේ මාර්ගය ගැනත් හිතල බලන්න.

දූවන සිත් මොනවද? රාග සිත දූවන සිතක්. එබඳු සිතක් රාග අරමුණු හොයනවා. තමන්ට නිදහසක් දෙන්නෙ නෑ. ඉන්ද්‍රියන් රාග අරමුණක් හමුවෙච්ච මොහොතෙම ක්ෂණයකින් ඇස ඒ අතට යොමු කරන්න, කතා කරන්න, ඇසුරු කරන්න උද්යෝග ඇති කරනවා. රාගික හැඟීම් ඇති කරනවා. ඒ ගැන අහන බලන අනුකූල රාග අරමුණු සිතීම්... ආදියට පොළඹවනවා. අදහස් ඇති කරනවා. මෙබඳු හිතක් ඔබට පහළ වෙන බව පේනව නම් ඒ හිත රාග හිතක්. අඟුරු සුදු කළත්, කලු කපුටා සුදු කළත් මේ රාග සිත තුළ ජීවත් වෙන ඔබට ඒ සිත විසිරීම නතර කරන්න බැරි බවත්, කාමයන් සෙවීම නතර නොකරන බවත් හිතා ගන්න. තමන් ඉන්නෙ රාග සිතක නම් ඒක සමවත් සිතක් නෙවෙයි. හැඟීම් ආවට මම ඒ පස්සෙ යන්නෙ නෑ කියල හිතනව නම් ඒ අදහස වැරදියි. ඒ ඇයි? රාගික හැඟීම් එන්නෙ රාග සිතකට නිසා. ඒ රාග සිත පිළිබඳව මෙහෙම හිතන්න.

මට රාග ගතිය ඇති නිසාම රාගික අරමුණු ස්පර්ශ වුන මොහොතෙම රාග සිත් පහළ වෙනවා. මේ ගතිය මා විසින් නැසිය යුතුයි. මේ රාග ගතිය නිකම්ම හට ගත්ත නෙවෙයි. යම් කාලයක රාග සහගත ආකාර, ලිංග නිමිති, උද්දේස (උදෙසා), ප්‍රඥප්ති (පැනවූ) කියන මේවා ප්‍රිය මනාප ආස්වාදජනක විදිහට ගැනීමෙන් හට ගත්ත සිත්. ඒ සිත් රාග අරමුණු ගැනීමෙන් පහළ වෙච්ච රාග සිත්ම නිසාත්, අනුකූල වූ සිත් බලවත් විදිහට ආකාර, ලිංග... ආදී නාම රූප නැවත නැවත ගැනීම නිසාත්, ඒ රාග සහගත සිත් සහ නාම රූපයෝ බලවත් වුනා. බලවත් වෙච්ච ඒ නාම රූප ප්‍රත්‍යයෙන් ඒවාටම යොමු වෙච්ච ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන රාග සහගත ආයතන වුනා. ඒ නිසා එබඳු වූ රාග අරමුණුම ප්‍රබල විදිහට ස්පර්ශ කරල ඒකෙන් හට ගත්ත කාමාස්වාද වේදනාව සුඛාස්වාද විදිහට අරගෙන ඒකෙ ඇලුන බැඳුන නිසා හටගත්ත භවක්, ගතියක් තමයි මේ. මේක රාගය පහළ කරන ශක්තියෙන් යුක්ත වූ නිසාම, රාග ගතියක් වූ නිසාම, නිතර නිතර මේ රටාව අනුව කටයුතු කිරීමෙන් බලවත් වෙලා තියෙනවා. මේ පෙන්නුවේ රාග ගතියේ වැඩීමට, ප්‍රබල වීමට හේතුවෙන ආහාර සහ ආහාර ලැබෙන මාර්ගය.

මම ඒක දන්නවා. ආහාර දෙනකල් ජීවත්වෙන රාග ගතිය ආහාර දෙනකල්ම ප්‍රබල වෙනවා. ඒක වෙන කිසිම ක්‍රමයකින් මැඩලන්න බෑ. මම මේ මාර්ගය මුලින්ම අහුරනවා. එතකොට ආහාරය නොලබන රාග ගතිය මැරිල යනවා. මේ ගතිය මට රාග දාහය පහළ කරනවා. මම රාග ගින්නෙන් දවනවා. අනන්ත සසර පටන් මා දවපු රාග ගින්න නුඹේ උපත මම දැක්කා. මින්පසු නුඹේ ගිනි මට අවැසි නෑ. නීච රාග ගතිය මා කෙරෙන් පලා යව. වීතරාගී බුදු පිළිසරණ පතමින් මම ආර්ය මාර්ගයේ පිහිටනවා.

හැමදාම මා මායා ආස්වාද ගින්නට ඇද දමමින් මා රැවටූ කාම ගතිය, නුඹ සකසන කාම ලෝකය තුල ආයතන ඇති කරල කාම අරමුණුවල ගටමින්, පිපාසයට ගිනි වතුර වගේ කාමය පහළ කරල මා සදා සුවයකට ගෙන යනව වගෙයි මුළාවෙන් රැවැට්ටුවා. ඒ මුළාවෙන් දාහ ගිනි දෙමින් නිත්‍ය සැපයක් කියල හැගෙන විදිහට රවටන කාම ගතිය, නුඹේ මුළාව මම වටහා ගත්තා. අනන්ත සසරේ සසර පටන් මා බිළිගත් කාම රාක්ෂය මගේ හදවත තොපට අහිමියි. වීතරාගී බුදු රජාණන් වහන්සේට මාගේ හදවත මම පූජා කළා.

කාමුක සිතක්, හැඟීම් මාත්‍රයක් මතු වුන වහාම ඒ අරමුණින් ඉවත් වෙලා මේ විදිහට සිහි කරන්න ඕන. ජීවමාන වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ තමන් වෙත වැඩ ඉන්නවා කියන හැඟීමෙන් පූජා සත්කාර කිරීම උපක්‍රමයෙන් ලබන පවිත්‍ර බවට මුල් වෙනවා.

සිත එක්තැන් කීමට කුමක් කළ යුතුද?

ඒ වගේම ද්වේශ සහගත හැඟීමකුත් ඔබට ඇති වෙන්න පුළුවන්. ඒක නොයෙක් සාධාරණත්වයේ ආකාරයෙන් ළං වෙන්න පුළුවන්. නව විධ අගාධ වස්තු විදිහට මතු වෙන්න පුළුවන්. තමන් උසස්, අන්‍යයෝ මට යටත්ව සිටිය යුතුයි කියලත් ඇති වෙන්න පුළුවන්. තමන්ට ප්‍රසංසාව ලැබෙනවට කැමති බවක් විදිහටත් ළං වෙන්න පුළුවන්. කොහොම හරි යම් පැවැත්මක හිත බැඳෙනවද, හැමතිස්සෙම ඊට විරුද්ධ අරමුණු මුල් කරගෙන ද්වේශය ඇති වෙනවා. කාමච්ඡන්දය ඇති කරගෙන තියෙන දේපළ, ඉඩකඩම්, වතුපිටි, හරකබාන, යානවාහන, අඹුදරු, නෑදෑ හිතවතුන්, ජාති ආලය, රටට ආලය... ආදී මෙබඳු නොයෙක් ආකාරයෙන් මේ මේ ස්වභාවයන් තමන් කැමති ආකාරයෙන් පැවතිය යුතුයි කියන හැඟීමක් ඇත්නම්, ඒ හැඟීමට විරුද්ධව එන අරමුණු නිසා ද්වේශ හැඟීම් ඇතිවෙනවා.

මේ වගේ හිතක් තියේ නම්, අඟුරු සුදු වෙන්නෙ නෑ වගේ ඒක කිසි දවසක හික්මවන්න බෑ. ද්වේශ ගති තියෙන කොට ඊට අනුරූප වූ ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති නැගිල එනවා. එතකොට ඒ නාම රූප ඇසුරු කරගෙන දූෂ්‍ය විඤ්ඤාණ පහල වෙනවා. දූෂ්‍ය බවින් නැගුනු ඒ විඤ්ඤාණ අනුරූප වූ දූෂ්‍ය නාමරූපම ඇද ගන්නවා. ඒ නිසා විඤ්ඤාණ බලවත් වෙනවා. ඒ බලවත් වෙච්ච විඤ්ඤාණ ප්‍රබල වූ නාමරූප නිපදවනවා. ඇස, කන, නාසය... ආදී ඉන්ද්‍රියන් හයෙන් ඒ ආකාර, ලිංග... ආදී නාමරූප ගන්නවා. ඒවායින් සළායතන බලවත් වෙලා ද්වේශ සහගත වෙනවා. ඒකෙන් දාහ දෙන, තරහ එන ස්පර්ශම පහල වෙනවා. ඒකෙන් දරුනු කිපුනු දැනීම් හෙවත් වේදනා එනවා. ඒ ද්වේශ ස්වභාවය අත් නොහරින විදිහට ඇලීම් බැඳීම් සිද්ධ වෙනවා.

මේ ද්වේශය සහිත හිත මොන හේතුවකින්වත් එක්තැන් කරන්න බෑ. මේ ද්වේශ හිත නිවන්න පුළුවන් එකකුත් නෙවෙයි. එබඳු නිවීම ගැන වැටහීමකුත් මේ හිතට නෑ. වෛර ක්‍රෝධ ගිනිවලට ආහාරයක් මිසක් කිසිම විදිහකින් ද්වේශ හිතක මෛත්‍රියක් වැඩෙන්නෙ නෑ. මෙබඳු සිත් පහල වෙනව නම්, අරමුණක එකග කරන්න කොච්චර උත්සාහ කළත්, දහම් මගට යොමු කරන්න හැදුවත්, ද්වේශ හිතක් කිසි විටෙකත් උත්තරීතර ගුණයේ පිහිටන්නෙ නෑ. ඒ නිසා මේ හිත තමන්ගෙ අහලකවත් තබා නොගත යුතුයි. යම් විදිහකින් මේ ගතිය තියෙනව නම් ද්වේශ සහගත හැඟීම් ඇතිවෙනවා. සිතට දාහ සහගත සිතිවිලි නිරායාසයෙන් වගේ මතු වෙන ස්වභාවයක් දැනෙනවා. ද්වේශ අදහස් පහළ කරනවා. ඒවායේ ඇලීම් බැඳීම් නිසා ද්වේශ සහගතව ගැටෙන්න මතුවට බලාපොරොත්තු ඇති වෙනවා.

මේක තමන්ට වන මහා විනාසයක් බවත්, ඒ තත්ත්ව යටතේ කිසිම දවසක සමවතක් (සමාධියක්) ලබන්න බැරි බවත් දැනගෙන, හැඟීම් මාත්‍රයක් එනකොටම ද්වේශ සිත බව වටහාගත යුතුයි. එතකොටම මෙහෙම හිතන්න ඕන. පාපී වූ ද්වේශ ගතිය මම නුඹව වටහා ගත්තා. මට සැඟවිලා නුඹට ඉන්න බෑ. නුඹේ ආහාරය මම දන්නවා. ආහාරය ලැබෙන මාර්ගයත් දන්නවා. නුඹ ආහාර නිසාම පහළ වෙලා තියෙනවා. ඒ මාගේ නොදන්නා කාලයේ. ආහාර නැති තැන නුඹ මියයනවා. මගෙන් මින් මතු නුඹට ආහාර ලැබෙන්නෙ නෑ. අසත්පුරුෂ වූ ද්වේශ ගතිය උපදින හැටිත්, පවතින හැටිත්, මියයන හැටිත් මම දන්නවා. නුඹ සමග මගේ ඇසුරක් නෑ. වීතදෝසී වූ බුදු රජාණන් වහන්සේට කැප කළ මගේ හදවත තුල ශාන්තියම වැඩ සිටිනවා. මා මියගියත් වීතදෝසී වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ සමගයි. මට වීතදෝසී වූ බුදු පිළිසරණයි.

මේ විදිහට තමන්ගෙ ගතියටම කියා ගනිමින් වීතදෝසී වූ බුදු ගුණ සිහි කළ යුතුයි. වීතරාගී වීතදෝසී වූ බුදු රජාණන් වහන්සේ තමන්ගෙ හදවතේ වැඩ ඉන්න විදිහට, තෙරුවන් ගුණ ගරු කරමින් සජ්ජායනා කරමින් දහම් ඇසුරු කළ යුතුයි. අනන්ත සංසාරයේ පටන් තමන්ට ජය දෙන්න එන යක්ෂ සේනාපතියෙක් වගේ පෙනී සිටිමින්, තමන්ව රවටන ද්වේශ ගතිය කිසිම දවසක තමන්ට වැනසීම මිසක් යහපතක් කරල දීල නැති බවත්, ද්වේශ ගින්නෙන් දවමින් තමන්ව සසරට ඇද දමමින් වනසපු ආකාරයත්, අනන්ත සංසාරයේ පටන් ද්වේශය තමන්ට වැනසීම මිසක් පිළිසරණක් නොදුන් ආකාරයත් සිහි කරමින්, ශාන්තිය ඇති බුදු පිළිසරණ ඇතිව ඉන්න මට සතුරන් අතින් මියගියත් පරාජිත නැති බව දන්නවා කියන සිත් ඇතිව වාසය කරනකොට ද්වේශ ගතිය හදවතින් මියයනවා.

මේ විදිහට මෙනෙහි කරන සිත කිසි කාලයක නොලැබූ නැණ නුවණ ප්‍රඥාව මතු කරමින් ක්‍රමයෙන් ප්‍රභාෂ්වර වෙනවා. මේ ප්‍රභාෂ්වර සිතම අකම්ප්‍ය වෙනවා. නොවිසිරෙනවා. සමාධිය ඒ සිතට උරුම ස්වභාවයක්. සමාධියට තවත් කළ යුතු දෙයක් නැති ආකාරයත්, සමවත් සුවය තමන්ටම අත්දැකීම් සහිතව නැගෙන ආකාරයත් පේන්න ගන්නවා.

තමන් සතර ඉරියව්වෙදිම සෝදිසියෙන් හිටියෙ, තමන්ට බාහිර ලෝකයෙන් සහ සිතෙන් අරමුණු ඇසුරු කරනකොට මතුවෙන හැඟීම් හෙවත් සිත්වල ස්වභාවය දැනගන්න මිසක්, මුළා වෙච්ච අදහසකින් නොවන බවත් වැටහෙනවා. සමවත ලැබෙන දැහැන් මගත්, දහම් අවබෝධය ලැබූ තමන්ට ඉතා ඉක්මනින් මේ සමාධිය ලැබෙන ආකාරයත් අත්දැකීම් තුළින්ම පේන්න ගන්නවා. නැණවත් පින්වතුන් මේ ගැන පරීක්ෂා කරල ප්‍රතිඵල ලබත්වා.

මේ සුද්ධ හැඟීම් මාත්‍රයක් මතුවෙන කොටම ඒ අසුද්ධ සිත් දුබල වෙනවා. ඒ නිසා පහසුවෙන්ම මැඩ පවත්ව ගන්න පුළුවන්. මේ භාවනාවට ලෝකයේ තුන් භවයේ අලවන අරමුණු නැති නිසාත්, පටිච්ච සමුප්පාද දහම් මගම භාවනා මාර්ගය වන නිසාත්, තමන් කරන භාවනාව දෙවියන්, මාරයන්, ලෞකික බ්‍රහ්මයන් ඇතුළු කිසිම පෘතජ්ජනයෙකුට වැටහෙන්නෙ නෑ. ඒ මග අජානීය ධ්‍යායිතයයි දේශිත දහම් නියාමයට අයිතියි.

මහණෙනි, මා එන්න පෙර නුඹලා කිනම් භාවනාවක හිටියද කියල බුදු රජාණන් වහන්සේ කිසි විටෙකත් භික්ෂූන් වහන්සේලාගෙන් විමසල නෑ. කිනම් කතාවකින් හිටියද කියල ඇසීම තමයි බුද්ධ වචනය. ඒ නිසා භාවනා කියන වචනය ඇහෙනකොටම, එරමිණිය ගොතාගෙන ඇස් පියාගෙන කරන දෙයක්ද කියල සැක හිතන්නෙ නැතිව, මග අනුගමනය කරලම ප්‍රතිඵල බැලීම යහපත්. පළමු නුවණින් හිතනකොට මේ ක්‍රමය සුදුසුද කියල වැටහේවි.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් නැවත මතු කරන ලද සැඟවුනු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



දහමේ සඳහන් නොවන උඩු සිත හා යටි සිත...?

සිත පිළිබඳව කියනකොට අද බොහෝ අය උඩු සිත විඤ්ඤාණය විදිහටත්, යටි සිත උප විඤ්ඤාණය විදිහටත් අදහසක් දරන බව පේනවා. නමුත් මේ විදිහට හිත් දෙකක් පහළ වන රටාවක් දහම් මගින් පේන්න නෑ. එහෙනම් මේ මොකක්ද?

රූපය දිරනවා, නාමය දිරන්නෙ නෑ. මේ අර්ථය සමග විමර්ශනය කරන කොට ඒකට නිසි පිළිතුර ලැබෙනවා. නාම කියන්නෙ මොනවද? වේදනා, සංඥා, සංඛාර, විඤ්ඤාණ කියන මේවා. ආයු කාලය චිත්තක්ෂණයයි. ඒකත් හට ගැන්ම (උපත), පැවැත්ම (ඨිති) වැනසීම (භංග) කියන තුන් විදිහට සිද්ධ වෙනවා. ඉතිං කෝ නොදිරීමක්? හෘද රූප කලාපයක ආයුසයක් තුළදි නාම කලාප 17 වතාවක් උත්පාද - ඨිති - භංග කියන ආකාරයෙන් දිරල වැනසෙන බව තමයි දහම් ක්‍රමය.

එහෙනම් වැරදුනේ කාටද? බුදු රජාණන් වහන්සේටවත් පෙළ පොත් ලියපු ආචාර්යවරයන් වහන්සේලාටවත් වැරදිලා නෑ. **නාමය නොදිරන බවක් බුදු රජාණන් වහන්සේ දේශනා කරල නෑ. නාම ගොත්තං නජීරති කියල දේශනා කරල තියෙන්නෙ නාම ගෝත්‍රය නොදිරන බව.**

දැන් මේ විදිහට හිතමු. මගේ නම එකක්. මගේ ගෝත්‍රය හෙවත් පරපුරට හිමි ගෝත්‍ර නාමත් තියෙනවා. ඒවා මගේ පරපුරේ මියගිය අයගෙ. ඒ මියගිය අයගෙ අතීත වූ ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස (උදෙසා), ප්‍රඥප්ති (පැනවූ) කියන මේවා ගෝත්‍ර නාමයෙන් ගණන් ගන්නවා.

මීට පෙරත් පෙන්වා දුන්න ආකාරයට යමක් පෙනෙනකොට එක චිත්තක්ෂණයකදි ගන්න පුළුවන් පෙනීම් මාත්‍රයක් විතරයි. අධිවේගයෙන් පහල වන චිත්තක්ෂණ මගින් මොහොතකදි හැම තැනම යොමු කරමින් වර්තමාන ක්ෂණයෙදි පෙනීම් මාත්‍ර ලබනවා. ඒ ගති සමග අධිවේගයෙන් අතීතයට යන අනන්ත චිත්තක්ෂණ, යම් වර්තමාන චිත්තක්ෂණයක පවතින අතීතය මතකයට නගල බලන ශක්තියෙන් අරමුණු කරනවා. එහෙම අරමුණු කරමින් යනකොට, පුරුකෙන් පුරුක අමුණගෙන ආ යකඩ මුදු රටාව දිහා පසුපස බලනකොට ඒ පුරුක් නෙවෙයි, ඒ නිසා හැදුන දම්වැල පෙනෙනව වගෙයි කියල වැටහෙනවා. මේ වගේ, මනසිකාර නම් චෛතසිකයෙන්, අතීත චිත්තක්ෂණ පුරුක්වල රටාවන් තුලින් මායා දර්ශනයක් විදිහට, ඒ මායා රටාවන් වර්තමානයේ සිද්ධ වෙන දේ විදිහට රැවටෙමින් ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති විදිහට වැටහීම ඇති කරනවා.

හැම මොහොතකම ආකාර, ලිංග... ආදී වශයෙන් අපි දකින්නෙ මේ ගෙවී ගිය නාම ගෝත්‍ර. නමුත් **මොහොතකට පෙර අතීතය මනා සේ දකින නිසා වර්තමාන සිදුවීම් විදිහටම අපට වැටහෙනවා. මේ තමයි නාම ගෝත්‍ර.** මේ නාම ගෝත්‍ර තැන්පත් වෙලා තියෙන්නෙ මනෝ ලෝකයේ. ඒක ද්‍රව්‍ය ලෝකය තුල පවතින එකක් නෙවෙයි. මේ ලෝකය අනන්තයි. මේ මනෝ ලෝකය තුල භෞතික ලෝක පිහිටල තියෙනවා. මනෝ ලෝකය අනන්ත නිසාත්, මනෝ ධාතුව දැනීම් ලබාදෙන මූල ධාතුව වන නිසාත්, යම් තාක් අනන්තය මෙනෙහි කළාම වැටහෙන්නෙ මනෝ ධාතුව අනන්ත ව්‍යාප්ත ධාතුවක් නිසා.

රූප ධාතු තියෙන්නෙ මනෝ ධාතුව තුල. නමුත් මනෝ ධාතුව දැනීමක් නෙවෙයි. අරමුණු සහ ඇසුර සිද්ධ වුනොත්, දැනීම් හෙවත් මනෝ විඤ්ඤාණ ක්ෂණ පහළ කරමින් මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතු පහල කරනවා. මේ මනෝ ලෝකය වෙන එකක්. ඒකෙ පිහිටල තියෙන රූප ලෝක සහ රූප කලාප වෙන එකක්. මේ රූප කලාප කිසිවිටෙකත් මනෝ ධාතු හෝ මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතු බවට පත්වෙන්නෙ නෑ. එහෙනම් මේ ක්‍රියාවලිය මොකක්ද?

මේ කාරණය උපමාවකින් තේරුම් ගන්න ඕන. **කැමරාවකින් ගසක ඡායාරූප ගත්ත නම් ගසේ ඡායාව කැමරාවෙ සේයා පටයේ වදිනවා. නමුත් ගසේ පරමාණුවක්වත් සේයා පටියේ නෑ. සිද්ධ වුනේ ගසට වැදිල පරාවර්තනය වන ආලෝකය රටාවකට වැදිල කැමරාවේ සේයා පටියේ තියෙන රසායනයක ප්‍රතික්‍රියාවක් සිද්ධ වීම. ඒ ප්‍රතික්‍රියාව නිසා ගසේ පරමාණුවක්වත් සේයා පටියෙ නැති වුනත් ගසක ආකාරය, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති... ආදිය කැමරා සේයා පටිය මගින් නැවත බලන්න පුළුවන්.**

වීඩියෝ කැමරාවකින් ඡායාරූප ගන්න ආකාරයත්, කැසට් පටියක ශබ්දය දනවන විද්‍යුත් කාන්දම් රටාවක් තැන්පත් වන ආකාරයත් දන්න කෙනෙකුට, චිත්ත රටාව ක්‍රියා කරන ආකාරය පහසුවෙන් තේරුම් ගන්න පුළුවන්. රූපයක් වීඩියෝ පටිගත කරනකොට, රූපයක වැදිල පරාවර්තනය වන ආලෝක ධාරා මාත්‍ර දහස් ගණනක් දර්ශන පථයේ හැම තැනින්ම ගන්නවා. විදුලිය ආධාරයෙන් ඒ ආලෝක මාත්‍ර මගින් කාන්දම් ශක්තියක් නිපදවල ක්‍රමානුකූලව ඇදිල යන කැසට් පටියකට අරගන්නවා. දැන් නැවතත් ඒ රටාවටම රූපවාහිනී යන්ත්‍රයක් මගින් කෘතිම දර්ශන පථයක් තුල ක්‍රම රටාවකට හැම තැනම ›

ආලෝක මාත්‍රා වැටෙන විදිහට සකස් කරනවා. එහෙම සකස් කිරීමෙන් වීඩියෝ කැමරාගත කරනකොට ගත්ත මායා දර්ශනවලට සමාන ආකාර, ලිංග, නිමිති... ආදිය නරඹන්න පුළුවන් වගේ, මේ චිත්ත රටාවත් සකස් වෙන ආකාරය තේරුම් ගන්න ඕන.

රූපවාහිනී යන්ත්‍රයක මේ විද්‍යුත් කාන්දම් ශක්තිය ප්‍රයෝජනයට ගන්න නමුත්, චිත්ත ආකාර රටාවෙදි ඒ සඳහා ගන්නෙ රූප පරමාණු නෙවෙයි, ශක්ති විදිහට ක්‍රියා කරන සියුම් රූප කලාප නෙවෙයි. මනෝ ධාතු නම් දැනීම් පහල කරන නාම ධාතු තියෙනවා. අන්න ඒ නාම ධාතුවක් මගින් නිපදවුන විඤ්ඤාණයන්ගේ අතීතයට, විපරිණාමයට පත්වෙච්ච මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතු රැහැනේ රැඳුන නාම ගෝත්‍ර දිහා, සිතින් හෙවත් විඤ්ඤාණ ක්ෂණයෙන් අතීතය බලල ඒ නාම ගෝත්‍ර අල්ලගෙන ලබන දැනීම් තමයි මෙතනදි ගන්නෙ.

නවීන විද්‍යාව හදාරපු අයට ඉහත උපමා මගින් සිත්වලට ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති... ආදිය දැනෙන ආකාරය වැටහුනත්, ඒ පිළිබඳව හැදෑරීමක් නැති අයට ඒ උපමා තේරුම් ගන්න අපහසු වෙන්න පුළුවන්.

ඒ නිසා සාමාන්‍යයෙන් අපේ අත්දැකීමක් අරගෙන විස්තර කරනව නම්, බෙර හඬත්, බෙර පලුවත්, කෝටුවත් උදාහරණයක් විදිහට ගන්න පුළුවන්. **බෙර ඇසට කෝටුවෙන් තට්ටු කරනකොට බෙර හඬ පෙර පසු නොවී එවෙලෙම නික්මෙනවා. ඒ හඬ තුල කෝටුවේ පරමාණුවක්වත් බෙර හමේ පරමාණුවක්වත් නෑ. බෙර හමේ කෝටුව ගැටීමේ අතුරු ඵලයක් විදිහට බෙර හඬ නැගෙනව මිසක්, බෙර හමේ හෝ කෝටුවේ හෝ කොටස් හඬ වශයෙන් සැකසුනේ නැති බව වැටහෙනවා.**

අධිවේගයෙන් චිත්තක්ෂණයක් පාසා අතීතයට යන මේ මනෝ රටාවන්ට ධර්ම කියලත් කියනවා. මනෝ විඤ්ඤාණයකින් නැවත ඒ රූප බලන්න හිතුනොත්, මනසිකාර නම් චෛතසිකයෙන් අතීතය මෙනෙහි කරන ස්මෘති චෛතසික ශක්තිය මගින් මොහොතකින් අවශ්‍ය තැන අල්ලගෙන, ඒ ධර්ම රටාව ස්පර්ශ කරමින් ඒකෙ ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති පිළිබඳ වටහා ගන්නවා. "මනංච පටිච්ච ධම්මේච උප්පජ්ජති මනෝ විඤ්ඤාණං" කියන රටාව අනුව ඒක සිද්ධ වෙනවා. මේ රටාවට අනුව අසීමිත අතීතය බැලුවත් ක්‍රියා රටාව පේනවා. ඒ කියන්නෙ සංසාරයේ අතීතය පේනවා. අනන්ත බුද්ධ ඥානයෙන් බලනකොට භව චක්‍රයක් විදිහට මේ සත්ත්වයා සැරිසරන ආකාරයත්, කාම - රූප - අරූප කියන තුන් භවයෙන් පිට ගමන් කළ කිසිම සත්ත්වයෙක් නැති ආකාරයත් දකිමින්, අනන්තයේ පටන් එන සසර අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත බව වටහා ගත් ආකාරයත් බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා.

පරීක්ෂණ කරල ඒවායේ ප්‍රතිඵල දැන ගැනීමේ බලාපොරොත්තුවට නම් අසහනයෙන් මිදීමකුත් පැවැත්මෙන් මිදීමකුත් නැති බව හේතුඵල අනුවම උන්වහන්සේ වටහා ගත්තා. ඒ නිසා සෙවිය යුතු දේ ප්‍රයෝජන ඇති දෙයක් විය යුතු බවත්, දුක දාහය අසහනය දුරු කරන්න මග නම්, මුළා වූ ලෝකය සොයාගෙන යන මායා පරීක්ෂණ නොවන බවත්, දුක දකින්න අවශ්‍ය වන සියලු පරීක්ෂණ කිරීම දුකින් මිදීමට හේතුවන බවත් නුවණින් දැක්කා. ඒ දුකට හේතුව වන අසීමිත බලාපොරොත්තු වටහාගෙන, අත්හරින මග සොයාගෙන, අත්හැරීමෙන් නොඇල්මෙන් මිදීමෙන් මේ භව ගමන කෙළවර වන බවත් දැකල, ඒ මග සත්‍ය ලෙසම අරගෙන නිවන් ප්‍රත්‍යක්ෂ කළා.

හැම කෙනෙකුටම මනෝ ලෝකයක් තියෙනවා. මේ මනෝ ලෝකයේ යම් ආකාරයක නාම රූපයක හෝ වෙන වෙනම නාමයක හෝ රූපයක හෝ ඇලීමෙන් බැඳුනද වැටහීමත් එච්චරයි. ඊට අනුරූප දේ වැටහෙනවා, දැනෙනවා. විඤ්ඤාණය යම් තාක් අනන්තයේ විහිදෙනවද, විඤ්ඤාණ පහල කරන මනෝ ධාතුවත් ඒ විදිහටම අනන්තයේ විහිදෙනවා. හැම කාලයකම හැම තැනම පැතිරුන මනෝ ධාතු මූලය තුල මනෝ විඤ්ඤාණ ධාතුව නිසා හටගත්ත නාම ගෝත්‍ර පිහිටල තියෙනවා. මේ මනෝ ධාතු මූලය තුලම සියලු ආකාර වූ ලෝක ධාතුව පිහිටල තියෙනවා.

යම් ගතියක් ඉස්මතු වෙනවද, ඒක මනෝ ධාතුවේ අනුරූප ස්වභාවයේ පිහිටනවා. මනසින් බලනකොට තමන්ගෙ මිණුම තුල පේනවා. අනුරූප ද්‍රව්‍ය වස්තුත් පේනවා. ඒ ඒ මිනුම් කරා දුවවන්න පුළුවන් ඇස (දිවැස) තියෙනව නම්, විශ්වයේ යම් තැනක ඇති දේ හෝ හටගත් ආකාර, ලිංග... ආදී නාමරූප ධර්ම හෝ ඒ ඒ ස්ථාන වශයෙනුත් දැනගන්න පුළුවන්. යම් තරමක් මනෝ ධාතුව තුල විහිදිලා බලන්න සමත් වෙනවද, ඒ තාක් දැනෙන්නෙ මනෝ විඤ්ඤාණයත් එතෙක් දුර පැතිරිලා තියෙනකොට. රූප ලෝකයට යොමුවෙන විඤ්ඤාණයක් පහල වෙනව නම් රූප ලෝකය බලන්න පුළුවන්. අරූප ලෝකයට යොමු වන අයට අරූප තලය බලන්න පුළුවන්. ඒක දැනීමට ගෝචර වෙනවා. ඒ තාක් විඤ්ඤාණය විහිදෙනවා. **කාමයට ගිජු වෙනවද, ක්‍රමයෙන් මනෝ විඤ්ඤාණය හැකිළෙනවා. ලෝභ, ද්වේශ... ආදී පාප ධර්ම සමග ඇලිල බැඳිල ඉන්නවද බොහෝ කොටම හැකිළෙනවා. එතකොට දැනීම අල්ප වෙනවා. ඒකටම වහල් වෙනවද, තිරිසන් ගතියටම දූෂ්‍ය වෙනවද, එතකොට විඤ්ඤාණය ඉතාම පටු වෙනවා. ඒ හේතුවෙන් දැනීමත් ඉතා පටු වෙනවා.** යම් මගඵලලාභී රහත් උත්තමයෙක් කිසි තැනක නොඇලෙනවද, නොබැඳෙනවද, යොමු කරන්න දක්ෂ වෙන තරමට අනන්තය දැනෙනවා. විඤ්ඤාණය විසිරෙනවා, ප්‍රසාරණය වෙනවා. යොමු කරල බලනකොට සුදුසු දේ දැනෙනවා.

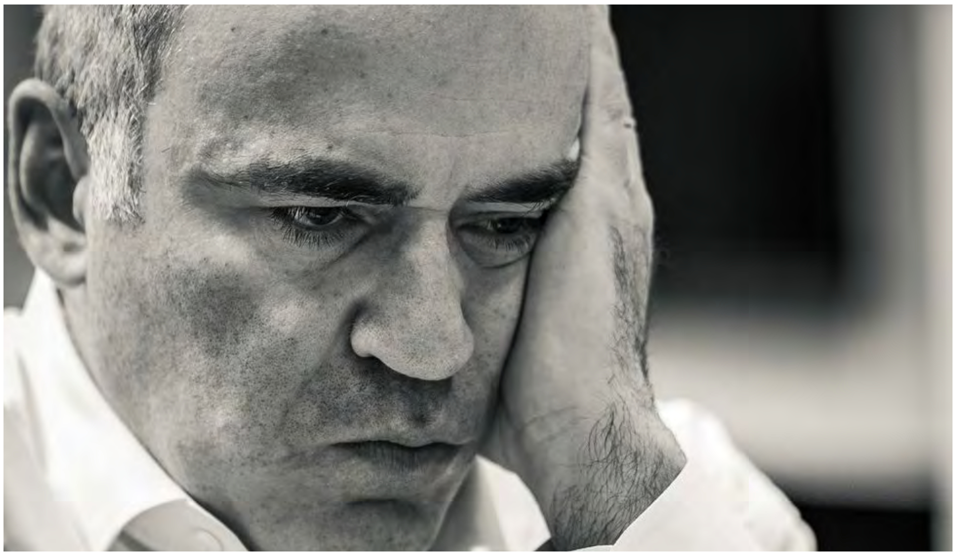
අනන්තයේ රූප දර්ශනය කරන්න අවශ්‍ය නම් ආලෝක ධාතුවට හිත හෙවත් විඤ්ඤාණය පිහිටවල බලනවා. ඒ ආලෝක ධාතුව අති සියුම් රූප කලාපවලින් යුක්ත රූප කොටසක්. චිත්ත ශක්තියෙන් ක්‍රියාත්මක කළාම විසිරෙනවා. ඒ කියන්නෙ විඤ්ඤාණය පැතිරෙනවා.

මේ රූප ධාතු පේන්නෙ ආලෝක ධාතුවට විඤ්ඤාණය විසිරෙව්වම. තනිකරම විඤ්ඤාණ ධාතුවේ ස්වභාවය දැකගන්න නම් විඤ්ඤාණඤ්චායතන සමවතට සමවදින්න පුළුවන් වෙන්න ඕන. ඒ විඤ්ඤාණය අනන්තයට පැතිරෙව්වත්, එතකොට ආලෝක ධාතුව සම්බන්ධ නොවන නිසා කිසිම රූපාකාරයක් නැති අනන්තයම වැටහෙනවා. ප්‍රභාෂ්වර සිත කියන්නෙ ආලෝක ධාතුව සහිත සිතට. චතුර්ථ ධ්‍යානයෙදි ඒ ආලෝකය ඇසුරට නැගෙනවා. ප්‍රභාෂ්වර ආලෝකය විහිදුවල බලන්න පුළුවන් නම් දිවැසින් දකින්න පුළුවන්.

මේ විදිහට සතර මහා භූත රූපයන්ගේ ආකාරයත්, මනෝ ධාතුවේ ස්වභාවයත් දැනගත්ත කෙනෙකුට

රූප ධාතු සහ නාම ධාතු වෙන වෙනම තියෙන බව වටහා ගන්න පුළුවන්.

ද්‍රව්‍ය වස්තු හැඳිල තියෙන සතර මහා භූත බිඳිල ගිහිං පරමාණු බවට පත්වෙලා, ඒවත් බිඳිල ගිහින් හටගන්නා



ශක්ති විශේෂවලින් නාම ලෝකය හට ගත්ත බව කියන මතයක් තියෙනවා. දැන් මේ විදිහට කල්පනා කරල බලන්න. **අපි නිදාගත්තම හීන පේන අවස්ථාවක් ගැන හිතන්න. ඒ මනෝ ලෝකයේ මේ මිනිස් ලෝකය වගේම රෑ දවල්, ගස් කොළන්, ගේ දොර, ස්ත්‍රී පුරුෂ, සත්ත්ව... ආදී සියලු දේ පෙනෙන ආකාරය කවුරුත් දැකල තියෙනවා. අපි ඒ හීන මනෝ ලෝකය තුළදී, මිනිස් ලෝකෙදී පියවි අවස්ථාවෙ කතා කරන හිතවතුනුත් දැකල තියෙන බව දන්නවා. නමුත් අවදි වුනාම, හීන ලෝකෙදි අපි කතා කරපු කෙනෙක් මුණගැහිල තමනුත් කතා කළාද කියල ඇහුව නම්, ඔහු ඒ කිසිවක් නොදන්නා බව කියනවා.** එහෙනම් ඒ මනෝ ලෝකයේ කතා කළේ කවුද? ඒ ලෝකය අපිට පුද්ගලිකව විෂය වෙච්ච දෙයක් බවත් වැටහෙනවා. අතීත මතක සටහන් හෙවත් නාම ගෝත්‍ර මනසින් අරමුණු කරල අපිම ගොඩ නගාගත්ත ලෝකයක හැටි මෙතනදි අපිට පේනවා. මේවත් සියුම් රූප කලාපයන්ගේ ශක්ති විශේෂයක්. බුද්ධ වචනය අනුව නම් විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියන, මානසිකව හට ගන්නා රූප්පනයන්ගේ හෙවත් මනෝ රූපයන්ගේ මනෝ ස්පර්ශයෙන් වන වේදනා සංඥාවෙන් වෙනවා. (මනෝ රූප කියන්නෙ මනෝ සටහන් මිසක් සතර මහා භූත නෙවෙයි.)

නාමයේ හෝ රූපයේ හෝ මූල ධාතු ක්‍රියා කලාපය බලපු බුදු රජාණන් වහන්සේ, ප්‍රත්‍ය 24 කින් හේතු ලබමින් සිත් පහල වෙන හැටි, රූප සමූහ පහල වෙන හැටි විවරණයක් කළේ අනන්ත වූ අනාවරණ ඥාන බලයෙන්. අනන්ත වූ ගැඹුරට කිඳා බැහැල උන්වහන්සේ මේ පිළිබඳව දක බලාගෙන විද්‍යාමාන කරල තියෙන්නෙ යම් කිසි හේතුවක් ඇතිව බව වටහාගත යුතුයි. එකක් තමයි, සාමාන්‍ය දැනුමක් ලබපු පුද්ගලයන් විකෘති මත පළ කළොත් ධර්ම න්‍යායට නොගැළපෙනව නම්, ඒකෙන් සිද්ධ වෙන මුළාවෙන් බේරෙන්න. ඒ වගේම ආධුනික බොදුනුවන්, ගැඹුරට දකින නුවණක් තියෙන පණ්ඩිතයන් කියල කියන පුද්ගලයන්ගෙ අත්තනෝමතික අදහස්වලට රැවටිලා ඔවුන් පෙන්වන වැරදි මාර්ගවලින් බේරිලා යථාවබෝධය ලබන්න හරි මග පිහිටන්න.

අත්තනෝමතික අදහස් ගනිමින් ලෝක විෂය, චිත්ත විෂය විග්‍රහ කරන්න යන අයට ලෞකික පර්යේෂණ මනසක හැම තැනම ගැටෙමින් මුළාවට පත්වෙන්න සිද්ධ වෙනවා. ඒක නිවනට උපක්ලේශයක් වෙනවා.

එහෙනම් හොයන්න ඕන මොකක්ද? **තමන්ට යමකින් අසහනයක් එනව නම්, දාහයක් දුකක් එනව නම්, ඇම ගිලින්න ගිහින් බිලී කොක්කෙ පැටලුනා වගේ සිද්ධ වෙන තණ්හා මුළාවට අහුවෙලා කරදරවල වැටෙනව නම්, ඒකෙන් සංසිඳෙන්න ඒ ගැටළුව විසඳා ගැනීමේ මාර්ගය සෙවිය යුතුයි.**

ගොවිතැන් කරන ගොවි රාළට විසඳන්න ගැටළු මතු වෙන්නෙ ගොවිතැන පිළිබඳව. නිරෝගී පැළ වැවීම, ගෙඩි මල් ඵල ලැබෙන ක්‍රම, කෘමි උවදුරු දුරු කිරීම... මේව තමයි ඔහුට තියෙන ප්‍රශ්න. හඳේ පස් සාම්පලයක් ගොවියට ලැබුන නම් ඔහු ඒක තුට්ටුවකටවත් ගණන් ගන්නෙ නෑ. මොකද ඔහුට දැනගන්න ප්‍රශ්නයක් එතන පැන නගින්නෙ නෑ.

හොර මත්පැන් පෙරන කෙනෙකුට අවශ්‍ය වෙන්නෙ ඊට අදාළ කටයුතු. ගොවිතැන් පිළිබඳව විස්තර හෝ හඳේ පස් හෝ ඔහුට ලැබුනොත් ඔහුත් ඒ දෙකම කිසිම ගාණකට ගන්නෙ නෑ. මොකද ඒකෙ විසඳගන්න ප්‍රශ්නයක ඔහු පැටලිලා නෑ.

ඒ වගේම ජීවීන් හට ගන්නෙ කොහොමද කියල විමසන විද්‍යාඥයෙකුට රස කැවිලි හදන හැටි දැනගන්න උවමනාවක් නෑ. ඔහුට ඒක වද දෙන ප්‍රශ්නයක් නෙවෙයි.

මේ විදිහට තමන් යම් විෂයකට බැහැල ඉන්නවද, අනුකූල ගතිගුණ තියෙන ඒ විෂය අල්ල ගත්ත අයට ඒ පිළිබඳව කෙරෙන පරීක්ෂණ මහත් රුචියක් ගෙන දෙනවා. යම් පරීක්ෂණයකට ආසකරනවද, ඔහු ඒ ගැන හොයනවා. නොයෙක් මතවලට බහිනවා. ප්‍රතිඵල අත් දකිනවා. නොයෙක් සම්මත ගන්නවා. **අචින්ත්‍ය වූ ලෝක විෂය, සත්ත්ව විෂය, චිත්ත විෂය, කර්ම විෂය... ආදිය පිළිබඳව මේ පරීක්ෂණ කරන අය ලෝකයට පහල වෙලා තියෙන්නෙ අද ඊයෙ නෙවෙයි. වසර සිය දහස් ගණනකට පෙරත් මේ පරීක්ෂණ තිබුනා. ඒ පිරිස් පරීක්ෂණ කරනවා. හොයනවා. නිගමනවලට බහිනවා. ඒවා බිඳ දමනවා. නැවත හොයනවා. හොයපු දත්තයන් හංගනවා. රකිනවා. නොයෙක් රටාවන් නිපදවනවා. සමහරවිට හඟවනවා. ඒවා නිසාම වැනසෙනවා. නැවත වල් බිහි වෙනවා. වනචාරී ගෝත්‍ර ඇතිවෙනවා. නැවත හොයනවා.**

මේ විදිහට මේ ලෝකය, සත්ත්වයෝ කොච්චර නම් පැරණිද? කොච්චර නම් හොයල ඇත්ද? මෙච්චර කාලයකට සම්මත සිද්ධාන්ත කීයක් නම් නිපදවල ඇත්ද? රෝග කීයක් නම් නිට්ටාවට සුව කරන්න පුළුවන් වුනාද? ස්ථිරව රෝගය හඳුනන මොන වගේ සූත්‍ර නිපදවල ඇත්ද? බඩගින්නට ප්‍රතිකර්ම, රෝගවලට බේත් හේත්, කුළල් කා ගැනීමට, අයුතුකම්වලට පිළිතුරු නිපදවල ඇත්ද? විද්‍යාමාන හෝ අවිද්‍යාමාන හෝ යම් කරුණක් සඳහා අවශ්‍ය යම් දෙයක් පිළිබඳව, මේක මෙහෙම හට ගන්නවා, මේකෙ

ප්‍රතිඵලය ක්‍රියාදාමය මෙහෙමයි, මේක මේ විදිහට වළක්වන්න පුළුවන්... ආදී වශයෙන් බුද්ධිවන්ත ක්‍රම රටාවක් පෙන්වන්න මොළය දියුණු වෙච්ච කී දෙනෙක් නම් උගතුන් අතර හිටියද, ඉන්නවද? වසර ගණනාවක් පරීක්ෂණ කරල සම්මතයක් පනව ගන්නවා. මේ බෙහෙත මේ රෝගයට හොඳයි, නිරෝගී වෙනවයි කියනවා. සමහර විට වසරක් යන්නත් පෙර ඒ බේතම නරකයි කියනවා. ඒකෙන් ඊට වඩා වැඩි විනාසයක් වෙනව කියනවා. මේ විදිහට සම්මතය වෙනස් කරනවා. අසහනය කෙළවරක් නෑ. හොයන්නෙත් අසහනයට පිළියම්මයි. අන්තිමට ඒකම අසහනයක් වෙනවා.

වඳුරත් පරීක්ෂණයක් කරනවා. පලංචියකට නගිනවා. ඉරපු ලී කඳේ කුඤ්ඤය ගලවනවා. වලිගය කඳේ දෙපලු අතරට හිර වෙනවා. මෝඩ වඳුරා කියල කෙනෙක් හිනාවෙන්න පුළුවන්. නමුත් එහෙම හිනා නොවිය යුතුයි. අපි මේ ඉන්නෙ කර්මාන්ත යුගයක. සක්වලත් තරණය කරනවා. ගුවන් යානා, රොකට් නිෂ්පාදනය කරනවා. අමුතු මාදිලියේ පරිගණක, ජංගම දුරකතන නිෂ්පාදනය කරනවා. හාස්කම් බලවත්. පර්යේෂණ සාර්ථක බව පිටින් බැලුවම පේනවා. නමුත් ඕසෝන් ස්ථරය නමැති නගුට වැනසෙනවා. වඳුරට මේ කාරණය වැටහෙන්නෙ නැති නිසා ඌ අපිට කිසිවක් කියන්නෙ නෑ, හිනා වෙන්නෙ නෑ.

මේ හේතුවෙන් මේ ඵලය වෙනවා. මේ හේතුවේ නිරෝධයෙන් මේ ඵලය නිරෝධ වෙනවා. කාගෙන්වත් අහන්නෙ නැතිව දේශනා කළ මේ සත්‍යය හැමදාම එහෙමයි. අවිද්‍යාව (අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත බව නොදැනීම) වැටහෙනව නම් සංස්කාර (සකස් කිරීම්), විඤ්ඤාණ (සිත්), නාම රූප (ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති), සළායතන (ඒ ස්වභාවයන් ඇසුරට නැමී සිටින ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන), ස්පර්ශ (ෂඩ් ඉන්ද්‍රියන්ගේ ඇසුර) වේදනා (සැප, දුක්, මධ්‍යස්ථ දැනීම්) තණ්හා (ඇලීම්) උපාදාන (බැඳීම්) භව (පහල වීම්) ජාති (හට ගැනීම්)... මේවා වැටහෙන්නෙ නැත්නම්, ඒ පිළිබඳව ඒ මොනවද කියන සංඥාව ලැබෙනකල් අහල දැනගන්න ඕන. ඒවායේ ක්‍රියා ස්වභාවය දැනගන්න ඕන. එයින් එහාට ගැඹුරු පරීක්ෂණවලට බැසීම අනවශ්‍යයි. එයින් වැඩි පරීක්ෂණ අසහනය, දුක, දාහය නිවන්න අනවශ්‍යයි.

අවිද්‍යාව හේතුවෙන් සංස්කාර (සංඛාර) වෙනවා, සංස්කාර හේතුවෙන් විඤ්ඤාණ වෙනවා, විඤ්ඤාණ හේතුවෙන් නාම රූප වෙනවා... ආදී වශයෙන් උප්පාද ධර්ම ක්‍රමය වටහා ගත යුතුයි. එතකොට ඒක වෙනත් ක්‍රමයකින් සිද්ධ නොවෙන බව වැටහෙනවා. අවිද්‍යා නිරෝධයෙන් සංස්කාර නිරෝධ වෙනවා, සංස්කාර නිරෝධයෙන් විඤ්ඤාණ නිරෝධ වෙනවා... ආදී වශයෙන් නිරෝධ රටාව දැනගත යුතුයි. එතකොට නිරෝධ වෙන්න වෙනත් මගක් නැති බව වැටහෙනවා.

මේ කරුණු 12 න් එකක් නැති කළොත් ඉතිරි සියල්ල නැති වෙන බව දැනෙනවා, වැටහෙනවා. එතකොට අසහනය කෙළවරයි. දාහය කෙළවරයි. අත්හැරීම වෙනවා. නොඇල්ම වෙනවා. මිදීම වෙනවා. හට නොගැන්ම වෙනවා. ඒ නිසා තමන්ට මේ කාරණා දොළහෙන් වඩා වැටහෙන කාරණයක් පිළිබඳව සිහි කරමින්, ඒක නිකම්ම හට ගන්නෙ නෑ හේතුඵල ධර්මයක් කියල හේතුව දැකගන්නවා, ඵලය දැක ගන්නවා. ඒ හේතුවෙන් හටගත්ත ඵලය අනිච්ච, දුක්ඛ දාහ සහිත බවත්, ලබා දෙන සාරත්වයක් නැති බවත්, අනාථ බවත්, කැමැත්තට අනුව පවතින්නක් නොවන බවත්, මොහොතින් මොහොත ගෙවී ගෙවී ගිහින් විනාසයට පත්වීම කියන ධර්මතාවයේ වහලෙක් වෙලාම, ගොදුරක් වෙලාම පහළ වෙච්ච බවත්, ඒ ලෝක ධර්මතාවයේ වහල් බවට ගොදුරු බවට පත්වෙමින්ම වැනසීම කරා යන බවත්, කෙළවර ඒ ධර්මතාවය විසින්ම සහමුලින් වනසන බවත් දැනගන්නවා, දැකගන්නවා.

එතකොට ඒකෙ කළකිරෙනවා. කළකිරෙනව නම් අත්හැරෙනවා. අත්හැරෙනව නම් නොඇලෙනවා. නොඇලෙනව නම් මිදෙනවා. මිදුන නම් මිදුන කියල දැනගන්නවා.

මේ කරුණු දොළහෙන් මොකක් හෝ අරගෙන මේ න්‍යායට අනුව බැලුව නම්, ඒ හේතුව නිරෝධයෙන් ඒකෙන් හට ගත්ත ඵලය නිරෝධ වෙන බවත්, ඒක හේතුකොටගෙන තිබිච්ච දෙයින් හටගත්ත ඵලයත් නිරෝධ වෙන බවත් දැනගෙන මේ විදිහට මේ පටිච්ච සමුප්පාද නිරෝධය දකිනවා.

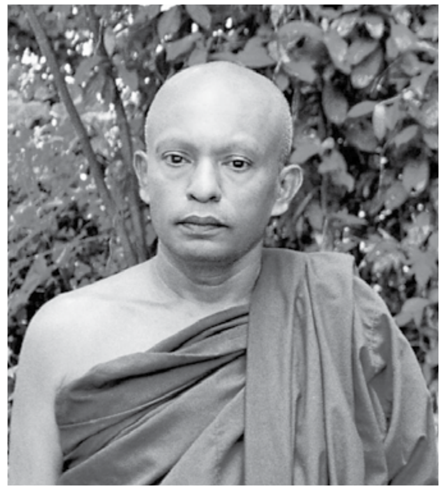
මග හරියට දැනගෙන, මුළා මාර්ග හොයන්නෙ නැතිව, හරි බුද්ධිවන්ත මග ගියා නම් ඵල ලැබීම සිද්ධ වෙනවා. නියම විද්‍යාව වැටහෙනවා. එතෙක් කල් ගිය මුළාව වැටහෙනවා. පර්යේෂණයේ මුළාව වැටහෙනවා. සමවත ලබනවා. නිවන ප්‍රත්‍යක්ෂ කරනවා.

මේ විදිහට කිසිම සැකයක් ඇති නොවන, නිවන් දකින්න අවශ්‍ය දහම වෙන් කරගෙන, පිළිවෙත වෙන් කරගෙන, පරප්‍රත්‍ය රහිත බවට පත්වෙලා, ඊට පස්සෙ මේ දහම ගුරු කරගෙන වෙනත් ගුරුවරයෙක් හොයන්නෙ නැතිව, මේ දහමේ මූලික කරුණු අනුමානයෙන් දැනගන්න පුළුවන් වෙනකල් ගුරු ඇසුරෙන් වටහගෙන මග වැඩීම තමයි බුද්ධ දේශනාව. මේ මග හරියට වැටහුනා නම් දහම් ඇස පහළ වුනා වෙනවා.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් නැවත මතු කරන ලද සැඟවුනු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

නොපළ වූ ගුණ කඳ IV



වහරක අභයරතනාලංකාර හිමි

අභයරතනාලංකාරය - 75

වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ ගැන ගිහි කාලයේ ඉඳන් දන්න කියන ආරණ්‍යවාසී භික්ෂූන් වහන්සේ නමකගේ අත්දැකීම් කිහිපයක් තමයි පසුගිය කලාපයෙන් ඉදිරිපත් කළේ. උන්වහන්සේ සතුව ඒ පිළිබඳව තවත් බොහෝ අත්දැකීම් තියෙන නිසා, වර්තමාන සහ පශ්චිම සාධු ජනයාගේ හිතසුව පිණිස මෙවරත් උන්වහන්සේ ලබපු තවත් අත්දැකීම් කිහිපයක් මේ විදිහට සටහන් කරනවා.

වහරක හාමුදුරුවො මහණ වෙලා ගම්පොළ පැත්තෙ ආරණ්‍යයක ඉන්නකොටත් කලින් විස්තර කළා වගේ අමුතු සිද්ධියක් වුනා. ඒ වෙනකොටත් වහරක හාමුදුරුවො ත්‍රිපිටක පොත් සියල්ලම බලල තිබුනෙ නෑ. පොත් තිස් ගණනයි බලල තිබුනෙ. ඉතින් ඒ ආරණ්‍යයට ගිය හැටියෙම උන්වහන්සේට එතන තිබ්ච්ච පෝය ගේමයි හම්බ වුනේ. ඒකෙ ඇතුල්වෙන තැනම ත්‍රිපිටක පොත් රාක්කයක් තිබුනා. ආ... මේක හොඳයි මේ පොත් ටිකත් තියෙන්නෙ කියල උන්වහන්සේ හිනා වෙලා ඒ කුටිය හොඳයි කිව්වා. එතකොට ඒ ආරණ්‍යයේ අතීතයේ වැඩ හිටපු භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් අපවත් වෙලා හිටියෙ. ඉතින් වහරක හාමුදුරුවො ඒ කුටියට ඇතුල් වෙනවත් එක්කම, අර අපවත් වෙච්ච හාමුදුරුවො ශ්‍රමණ ගන්ධබ්බයෙක් විදිහට දොර මුල්ලෙ ඉඳල පැනල ගියා කියල අපිත් එක්ක කිව්වා. තවත් දවසක් මම උන්වහන්සේ මුණගැහෙන්න ඒ කුටියට ආවම, ස්වාමීන් වහන්ස ඊයෙ හරි සිද්ධියක් වුනානෙ කියල හිනා වෙලා මාත් එක්ක මෙහෙම කතාවක් කිව්වා.

මම ඊයෙ රෑ කර්මස්ථානයක් වඩාගෙන යනකොට මගදි කර්මස්ථානය වෙනස් වුනා. ඒ කියන්නෙ සමාධියෙන්ම වෙනම කර්මස්ථානයක් ආවා. ඊට පස්සෙ දේවතාවො විසාල පිරිසක් ඇවිත් මේ කුටිය සම්පූර්ණයෙන්ම වට කරගෙන ප්‍රීතිඝෝෂා පවත්වමින් හයියෙන් සාධුකාර දෙන්න පටන් ගත්තා. එහෙම සාධුකාර දීල කිව්වා, දැන් ඔබවහන්සේ බුදු වුනා ඔබවහන්සේ බුදු වුනා දැන් වැඩේ හරි කියල. ඒත් එක්කම මම කර්මස්ථාන වැඩීම නතර කරල කිව්වා, මම බුදු වුනෙත් නෑ, මම බුදු වෙන්නෙත් නෑ, මට බුදු වෙන්න ඕනත් නෑ කියල. ඉතින් මේ කාරණා 3 අධිෂ්ඨාන කරල කියනකොටම ඒ අයගෙ මූණු මැළවිලා ගිහින් මහා අසන්තෝසයෙන් වගේ නිශ්ශබ්දව යන්න ගියා. ඒ දේවතා පිරිස දහස් ගණනක් හිටියා.

මම ඊට පස්සෙ ඔය දේවතාවො කියන්නෙ කවුද, කොහොමද ඒ අය හිටියෙ කියල උන්වහන්සේගෙන් විවිධාකාරයේ විස්තර ඇහුවා. එතකොට හිනා වෙවී කියනවා, දැන් අර විහාර ගෙවල්වල ඇඳල තියෙන්නෙ දේවතාවො ආං ඒ විදිහමයි, බොහොම ලස්සන ප්‍රසන්න ශරීර ඇතිව ඔටුනු පැළඳගෙන විවිධ ආලෝක ධාරාවන් සහිතව හිටියෙ, හැබැයි වැඩි දෙනෙක්ගෙ ඉනෙන් පහල පෙනුනෙ නෑ, ඉහල කොටසින් විතරයි පෙනී හිටියෙ කියල. තවත් අයගෙ විශේෂත්වයක් තියෙයි කිව්වා. අපේ නම් දත්වල එක කොටසක් පුංචියි, එක කොටසක් ලොකුයි. ඒත් ඒ අයගෙ දත්වල එහෙම නෑ. එක සමානයි. දත් අතර සිදුරු ආදිය නෑ. හිනා වෙනකොටත් වැඩිපුර ප්‍රමාණයක් දත් ටික පේන්න හොඳට කට ඇරල හිනා වෙනවා... ඉතින් මෙහෙම කියල නැවතත් කියනවා,

බැරි වෙලා හරි මේ සිද්ධිය මට වුන නිසා හොඳයි, වෙන කෙනෙකුට වුනා නම් එහෙම ආයෙ අහන්න බලන්න දෙයක් නෑ, භාවනාවයි ඔක්කොම වැඩයි නතර කරල හොඳ පුටුවක වාඩිවෙලා කකුලක් උඩ කකුලක් දාගෙන වන වනා, දැන් මම බුදු වුනා මට කිසි ප්‍රශ්නයක් නෑ මගේ වැඩේ හරි කියල කියයි. ඊට පස්සෙ ඕක හැම තැනම කිය කිය ඇවිදියි. ඉතින් මේක එහෙම වෙන්න බෑ. අපි හැමවෙලේම අවධානයෙන් ඉන්න ඕන. ධර්මය ගුරුවරයා විදිහට තියාගන්න ඕන. ධර්මය කියල දෙන කෙනා කල්‍යාණ මිත්‍රයා විදිහට දකින්න ඕන. කල්‍යාණ මිත්‍රයාට උපකාරයට කෘතෝපකාර කරන්න ඕන. ඒක වෙනම දෙයක්. හැබැයි ගුරුවරයා කියන්නෙ කල්‍යාණ මිත්‍රයා නෙවෙයි. ගුරුවරයා වෙන්න ඕන ධර්මය. මේ විදිහට ධර්මානුකූලව අපි කටයුතු කරගෙන යමු. නැත්නම් අපි අතරමග නතර වෙනවා, හැලෙනවා, අපිට බාධා වෙනවා...

ඉතින් උන්වහන්සේ මේ විදිහට විස්තර කළාම අපිත් ඕක දිගින් දිගටම කතා කළා. මට ඉතින් ඒ ගැන ලොකුවට දැන ගැනීමේ උවමනාවක් තිබුනෙ නෑ. නිකං සාකච්ඡා කරන්න ඕන නිසා ඇහුවා. ඊට පස්සෙ තවදුරටත් මේ විදිහට පැහැදිලි කරනවා. දේවතාවො කොහොමද එහෙම කියන්නෙ? දේවතාවන්ට උපදෙස් දෙන්න පුළුවන් වුනත් ඒ අයට අත්දැකීම් කියන්න බෑ. නමුත් අත්දැකීම් නැති නිසා ඒ අය හිතනවා, හරි දැන් බුදු වුනා දැන් වැඩේ හරි කියල. ඒ අයට එහෙම අත්දැකීමක් නෑ... ඉතින් මෙතනදි වහරක හාමුදුරුවො මේ මාර්ගය වඩාගෙන යනකොට සමාධියේම තවත් පියවරක් ඉදිරියට ගියා කියන එකයි කිව්වෙ. ඒත් එක්කම තමයි අර දේවතාවො වට කරගෙන අර විදිහට ප්‍රීතිඝෝෂා පවත්වමින්, ඔබවහන්සේ බුදු වුනා දැන් වැඩේ හරි කියල කිව්වෙ. උන්වහන්සේ ඒ කාරණය තවදුරටත් මේ විදිහට පැහැදිලි කළා.

හැබැයි දේවතාවො මාව රවට්ටන්න එහෙම කිව්ව නෙවෙයි. ඒ අයගෙ අවබෝධයේ හැටියට තම තමන්ගෙ අදහස් කියල මට ප්‍රසංසා කළා.

සාධුකාර දුන්නා. ස්තුති කළා. හැබැයි අපි හොයන්නෙ බලන්නෙ නැතිව ඒ කියමන් පිළිගන්න ගියොත් අතරමං වෙනවා, රැවටෙනවා, මුළා වෙනවා. නමුත් අපිව රැවටීමේ අදහසින්, මුළා කිරීමේ අදහසින් ඒ අය එහෙම කිව්ව නෙවෙයි. ඊළඟට අද බොහෝ කර්මස්ථාන ආචාර්යවරුන්ටත්, භාවනා කරන අයටත් සිද්ධ වෙලා තියෙන කාරණා කිහිපයක් තියෙනවා. දහම් අවබෝධය අඩු වීමත්, ඉතා සියුම් විදිහට ධර්මය පිළිබඳ හොයා බලා කටයුතු නොකිරීමත්, දහම් ගුරුවරයා හඳුන ගන්න බැරිවීමත්, භාවනා කරනකොට කෙළෙස් යටපත් වීම නිසා තමන් ඉහළ මගඵලවලට පත්වෙලා කියල රැවටීමත්, සෙසු ලෝකයාගේ කියමන්වලට රැවටීමත්, තම තමන්ගෙ මියගිය ඥාති හිතමිත්‍රාදී කොටස් සහ සමහර දේවතා කොටස් වගේම විවිධ නොපෙනෙන ලෝකවල බලපෑම්වලට ලක්වීමත්, මාර පාක්ෂික බලවේගවලට හසුවීමත් කියන මේ ආදී කාරණා නිසා ඒ අය අතරමං වෙලා ඉන්නෙ... මේ විදිහට දීර්ඝව කරුණු පැහැදිලි කළා.

අනෙක් කාරණය තමයි වහරක හාමුදුරුවන්ට විවිධ ලෝක තල එක්ක මනෝමය වශයෙන් සම්බන්ධ වෙන්න පුළුවන්කම තිබුනා. ඒ වගේ කාරණා දහම් පොත්පත්වලත් සඳහන් වෙනවා. වහරක හාමුදුරුවො උපාසක මහත්තය කාලෙත් ඒ අත්දැකීම් තිබුනා. **ගිහි වතක හිටියත් අධ්‍යාත්මික වශයෙන් බොහොම ඉහළ මට්ටමක ඒ කාලෙත් හිටියා. හැබැයි තමන්ගෙ ශක්තිය, හැකියාව අනික් අයට කිය කියා ගියේ නෑ. ඒ ගැන බොහොම නිහඬයි. බණ වුනත් කාටවත් බලෙන් දෙන්න ගියේ නෑ. එහෙම අවශ්‍යතාවයක් තිබුනෙත් නෑ. ලාභ කීර්ති ප්‍රසංසා තුට්ටුවකටවත් මායිම් කළේ නෑ.**

මේ කාරණය මේ වෙනකොට මම දෙතුන් දෙනෙකුට වැඩිය කියල නෑ. ඉස්සර අපි අබේරත්න උපාසක මහත්තය හමුවෙච්ච දවස්වල භාවනා කරන්න හරි ආසයි. දවසක් මම ආරණ්‍යයේ භාවනා කරගෙන යනකොට හීනෙන් වගේ අවුරුදු 9 - 10 ක විතර ගැහැණු ළමයෙක් දැක්කා. ඒ ළමයා කියන්න බැරි තරම් කළු පාටයි. ඇඟ පුරාම තුවාල. නිකං සැරව ගෙඩි වගේ හැදිල. සමහර තුවාල පුපුරල සැරවත් ගලනවා. කොණ්ඩෙත් එහෙං මෙහෙං කඩා වැටිල. දත් ටිකත් හොඳටම කිළිටි වෙලා. ඒ වගේ නිකං බලන්න දකින්න අප්‍රිය ස්වභාවයක් තිබුනෙ. මට හිතුනා ඉතින් මේ තමයි ජීවිතේ හැටි කියල. ඒ ගැන මම ඒ විදිහට වෙන පැත්තකින් තමයි හිතුවෙ. එහෙම නැතිව තුහ් ගාල කෙළ ගහන මානසිකත්වයක් නෙවෙයි මට ආවෙ.

මම ඉතින් ඕක ගිහින් අබේරත්න උපාසක මහත්තයට කිව්වා. එතකොට මහත්තය බුලත් විටක් කන ගමන් හිනා වෙවී මගෙන් අහනවා, ඉතින් ඔබ වහන්සේට ඒක දැකල මොනවද හිතුනෙ කියල. මම කිව්වා, මට එහෙම විශේෂයක් නම් දැනුනෙ නෑ, ජීවිතේ හැටි කියල අදහසක් ආව මිසක් කැතයි අප්‍රියයි කියල හෝ හොඳයි කියල හෝ අදහසක් ආවෙ නෑ කියල. පස්සෙ හිනා වෙවී කියනවා, ඔබ වහන්සේ කියපු කතාව ඇත්ත නම් ඔයිට වඩා වෙනස් ස්වරූපයේ එකක් මීට පස්සෙ දකියි, ඒ වගේ මොනව හරි දැක්කොත් මට කියන්නකො කියල. මම ඕක ඉතින් ලොකුවට ගණන් ගත්තෙ නෑ. ඒ තමයි අබේරත්න මහත්තය මුණගැහිච්ච අලුත. ඊළඟට දවස් 2 - 3 ක් විතර ගිහින් රෑ නින්දෙදි හිතන්න බැරි තරම් ලස්සන, අවුරුදු 15 - 16 ක විතර ගැහැණු ළමයෙක් අපේ ආරණ්‍යයේ තියෙන පොකුණෙන් උඩට මතුවෙලා ඉන්නව දැක්කා. හරියට අර අද කාලෙ ගැහැණු ළමයි පත්තරවලට ඉන්න පැත්තකින් ඡායාරූප ගන්නව වගේ ඉරියව්වකින් තමයි වතුරෙන් උඩට මතු වුනේ. එහෙම මතු වුනාම ඇගේ තිබිච්ච වතුර බිබිලි පවා හරි ලස්සනට තැන් තැන්වල තිත් තිත් වගේ තිබුනා. ඇඳුම් පැළඳුම් කිසිවක් තිබුනෙ නෑ. පස්සෙ මම කල්පනා කළා, කලින් දවසක මේ වගේ කෙනෙක් දැක්කා, අද මෙහෙම කෙනෙක් දැක්කනේ කියල. හැබැයි ඒ දැක්කෙ හීනෙන් බව දන්නෙත් නෑ.

ඊට පස්සෙ මම ඔය කාරණයත් අබේරත්න මහත්තයට ගිහින් කිව්වා. එතකොට මහත්තය මට ඒ කාරණය මේ විදිහට පැහැදිලි කරල දුන්නා. දැන් ඔබ වහන්සේට පළමු අවස්ථාව දැක්කම ගැටීමක් ආවෙ නෑනෙ. තුහ් කියල කෙළ ගහන මට්ටමක් ආවෙ නෑනෙ. හැබැයි එදා ඒකට ගැටීමක් ආව නම් ඔය දෙවෙනි අවස්ථාවෙ දර්ශනය දකින්නෙ නෑ. ගැටීමක් ආව නම්, ඔන්න අපි දැන් ඔය ගැටීමෙන් අහක් වෙන්න ඕන. ඒ වගේම ලස්සන පැත්ත දැක්කම ඇලීමෙන් අහක් වෙන්න ඕන. ඉතින් අපිට මෙන්න මේ දෙකෙන් අහක් වෙන්න තමයි තියෙන්නෙ. ආයෙ අමුතුවෙන් කරන්න දෙයක් නෑ. මේ දෙපැත්තට නොවැටී අපි ගමන් කරන්න ඕන. මෙන්න මේ විදිහට දහම් පැත්ත අනුගමනය කරන අයට ඔය වගේ පේන ක්‍රමයක්, දැනෙන ක්‍රමයක් තියෙනවා කියල, ඉතින් ඔය විදිහට ඒ ගැන එදා ලොකු විස්තරයක් කළා.

වහරක හාමුදුරුවො ගිහි කාලෙ බෝධි පූජා තියනකොට අතින් සෙත් කරන ක්‍රමයක් තිබුනා. ඒ සෙත් කරනකොට සමහර වෙලාවට දේදුනු වගේ කිරණ වළලු මතු වෙලා දෙකට තුනට හතරට කැඩිල කැලි විසි වෙනවා. එක වතාවක් බෝධි පූජාවක් කරනකොට ඔය සිද්ධිය කිහිප දෙනෙක් දැකල තිබුනා. ඊට පස්සෙ ඒ අය මොකද කළේ, පූජාව ඉවර වෙච්ච ගමන් මේ සිද්ධිය හැමෝටම කෑ ගහල කියන්න පටන් ගත්තා. ඊට පස්සෙ අබේරත්න මහත්තය ඒ කට්ටියටම දොස් කියල, ඕක මොකක් හරි වෙන්න ඇති මම දන්නෙ නෑ කියල සද්ද නැතිව හිටියා. ඊට පස්සෙ එදා රෑ ධර්ම සාකච්ඡා කරල රෑ 1 - 2 විතර වෙනකොට කවුරුවත් නෑ. ඔය වෙලාවෙ අපි අර විස්තරය ඇහුවා. එතකොට තමයි ඒ කාරණය මේ විදිහට තෝරල දුන්නෙ. ස්වාමීන් වහන්ස, මම ඕක තමයි හැමදාම කරන්නෙ. මේ අයට ඒක තේරෙන්නෙ නැති වුනාට මම මොනව කරන්නද? මම හැමදාම මේ විශ්වයට සෙත් කිරණ යවල පරිසරය සුද්ධ කරනවා. ඒ පරිසරය සුද්ධ කරනකොට ඒ සුද්ධතාවය මිනිස්සු දකින්නෙ ඔය වගේ ක්‍රමවලට තමයි. මිනිස්සුන්ට වෙන දකින්න ක්‍රමයක් නෑ. ඕක ටික ටික සමාධි වැඩීගෙන එන අය දකිනව මිසක් නිකං අය දකිනව නෙවෙයි. ඉතින් මම අර වෙලාවෙ දොස් කිව්වෙ, ඒ වෙලාවෙ ප්‍රසිද්ධියේ කිව්ව නම් මිනිස්සු ඕක පස්සෙමයි යන්නෙ. ඊට පස්සෙ ඒක ලොකු කරගෙන ඒකෙන් තමයි නිවන් මාර්ගය හිර වෙන්නෙ. ඒ නිසා ඕව සත පහකට ගණන් ගන්න හොඳ නෑ...

ඉතින් මේ විදිහට පැහැදිලි කරල, ඊළඟට අපි දිගින් දිගටම ප්‍රශ්න අහනකොට පරිසරය සුද්ධ වෙන හැටිත් කියල දුන්නා. ඕං බලන්න දැන් පරිසරය සුද්ධ වෙන හැටි දැක බලා ගන්න වෙන ක්‍රමයක් නෑනෙ. මේ බණ අහන්න එන සමහර අයට රෑට හීනෙන් සුදු ඇඳ ගත්ත ඉස්කෝලෙ යන ළමයි පේන්න පුළුවන්. සමහර අයට හාමුදුරුවරු පේන්න පුළුවන්. ඉතින් අබේරත්න මහත්තය මෙහෙම කිව්වම, මමත් ඒ කාලෙ ඉස්කෝලෙ යන ළමයි සෑහෙන ප්‍රමාණයක් හීනෙන් දැක්කා. ඉස්කෝලයක් ඇරුනම පාර පුරාම ළමයි යනව වගේ. එතකොට නිකං අයට වඩා ඉස්කෝලෙ යන ළමයි වැඩියි. සාමාන්‍ය පිරිස්

ඉන්නෙ එක්කෙනයි දෙන්නයි. බලන බලන පැත්තෙ ඉස්කෝලෙ යන ළමයි. මහත්තයට ගිහින් මේ ගැන කිව්වම, මම ළඟ හිටිය තවත් හාමුදුරුවො නමක් කිව්වා, මහත්තයා මාත් ඒ කාලෙ හරියට හාමුදුරුවරු හීනෙන් දැක්ක කියල. එතකොට මහත්තය හිනා වෙවී ඒ හාමුදුරුවන්ට කියනවා, ඔබවහන්සේට ඉදිරියේදි විසාල සඟ පිරිසකට අවවාද අනුසාසනා කරන්න තරම් අවස්ථාව යෙදෙනව කියල. එදා ඒ කියපු අනාවැකිය අද ඔප්පු වෙලා තියෙනවා. දැනට ඒ හාමුදුරුවන්ට දහම් පොත්පත් පිළිබඳවත්, දහම් ගැටළු පිළිබඳවත් ත්‍රිපිටක පෙළ දහම ඇසුරින් කරුණු ඉදිරිපත් කරල නිරවුල් කිරීමේ මනා හැකියාවක් තියෙනවා.

අපි පාසල් ළමයින් සහ හාමුදුරුවරු නිතර නිතර හීනෙන් දකින බව කිව්වම මහත්තය කියනවා, මේ සුද්ධ කිරණ විශ්වයට ගියාට පස්සෙ විශ්වයේ ඒක දකින්නෙ යන්තමින් හරි ඕං ඔය වගේ ක්‍රමවලින් තමයි කියල. ඉතින් ඕක තව තවත් සනීභවන මට්ටමට ආවම තව ටිකක් සුද්ධ දේවල් දකින්න ලැබෙයි කියල ඔය විස්තරය කිව්වා. සුදු ඇඳ ගත්ත ඉස්කෝලෙ ළමයින්ගෙන් පෙන්වන්නෙ අර සුද්ධ කිරණ, සුද්ධ පරිසරය. එහෙම නැත්නම් හාමුදුරුවරුන්ගෙන් පෙන්වන්නෙ, මේ පරිසරය සුද්ධ වෙලා මේ දහම් මාර්ගය පූර්ණ කරගන්න පිරිස් බිහි වෙනව කියන එක... හැබැයි සාමාන්‍යයෙන් හීනයකදි අපි පිටින් දකින අදහස ගන්න තමයි පුරුදු වෙලා තියෙන්නෙ. නමුත් මේ හීනවල මහා ගැඹුරු අර්ථයන් තියෙනවා. මහාමායා දේවිය සහ කොසොල් රජතුමා දැකපු හීනවලින් ඒ බව පැහැදිලි වෙනවා. මේ වගේ විශේෂ සමාධි ක්‍රමයකින් හැර ඒක ලේසියෙන් කෙනෙකුට තෝරන්න බෑ.

ඉතින් ඊට පස්සෙ කළු පාට සත්තු සුදු පාට සත්තු වෙලා උපදිනව කිව්වා. තවත් නොයෙක් ආකාරයෙන් අසාමාන්‍ය විදිහට සුදු පාට දේවල් දකින්න ලැබෙයි කිව්වා. මට හොඳට මතකයි, ඒ කාලෙ එක්තරා රූපවාහිනී වැඩසටහනකින් තනිකරම සුදු පාට මී හරකෙක් පෙන්නුවා. ඒ වගේම සම්පූර්ණයෙන්ම සුදු පාට තේ දල්ලක් පෙන්නුවා. ඊළඟ දවසෙ අනුරාධපුරේ පැත්තෙ හිටපු සුදු ඉරි තියෙන ලේනෙක් පත්තරයක පළ කරල තිබුනා. ඒ වගේම සුදු පාට කපුටෙක් ගැනත් විස්තර තිබුනා. ඉතින් ඒව බලල මම ගිහින් අබේරත්න උපාසක මහත්තයත් එක්ක කියනවා. එතකොට මහත්තය කියනවා, නෑ ස්වාමීන් වහන්ස, මම අර මාසයකට විතර ඉස්සර කිව්වෙ ඕං ඔය විස්තරය තමයි කියල. ඉතින් මේ ඔක්කොම සංකේතවලින් පෙන්වන්නෙ ඒ මතුවෙන සුද්ධතාවය තමයි කිව්වා.



ගිහි වතක සිට ආශිර්වාද කරමින්...

ඊට පස්සෙ ඒ විග්‍රහයටම එකතු කරල සතර මහා ධාතු විස්තර කරල, ඉදිරියෙදි මේ පරිසරය සුද්ධ වෙන ක්‍රමයක් තියෙනව කියල ඒ ගැන මෙහෙම විග්‍රහයක් කළා. මේ විග්‍රහය කළේ 2004 වර්ෂයේ සුනාමි එන්න පෙර.

ඒ විදිහට පරිසරය සුද්ධ වෙන්න නම් පඨවි ධාතුව කම්පනය වෙන්න ඕන. පඨවි ධාතුව කම්පනයවෙනකොට පොළොව හෙල්ලෙන්න ඕන. ආපෝ ධාතුව වැගිරෙන්න ඕන... එතකොට ජලයෙන් හානි වෙන්න ඕන. ගින්නෙන් හානි වෙන්න ඕන. වායුවෙන් හානි වෙන්න ඕන. මේ හතරෙන් තමයි විනාස වෙන්නෙ... ඔය විදිහට සුනාමි එන්න පෙර කරපු සාකච්ඡාවක් තිබුනා. ඔය කතාවෙදි සියලු විස්තර කියල එහෙම වෙන්නත් හේතු කිව්වා.

මෙච්චර කල් අපි විශ්වයට කිරණ යව යවා පරිසරය සුද්ධ කරන්නෙ ඕං ඕකට. මහා ගිනියම් වෙච්ච යකඩ තහඩුවකට වතුර පොඩ්ඩක් දැම්මොත් මොකද වෙන්නෙ? සුරු සුරු ගාල සද්දෙත් ඇවිත් වතුර ටිකට වෙච්ච දේකුත් නෑ. දැන් තවත් වතුර දැම්මොත් මොකද වෙන්නෙ? ආයෙත් සුරු සුරු ගාල සද්දෙ එනවා. අන්තිමට වතුර ටිකත් නෑ සද්දෙත් නෑ වෙච්ච දේකුත් නෑ. ඔහොම නිතර නිතර ටික ටික වතුර දාන්න පටන් ගත්තොත් මොකද වෙන්නෙ? වතුර දාල පස්සෙ බලනකොට මුකුත් නෑ. අවසානයේ දුම් දාල වතුර ටික වාෂ්ප වෙලා ගියාට පස්සෙ මුකුත්ම නෑ. අර යකඩ තහඩුව සම්පූර්ණයෙන්ම නිහඬව නිශ්චලව තියෙනවා. නමුත් ඉස්සෙල්ල වතුර දානකොට දුම් දානවා. ඒ දුමත් අනික් මිනිස්සුන්ට කරදරයක්. ඒ නිසා එන සද්ද බද්දත් කරදරයක්. මේං මේ වගේ පරිසරය සුද්ධ වෙනකොට පිරිසකට කරදරයි බාධයි තමයි. ඉතින් ඒකට මොනව කරන්නද? ඒ අයගෙ කර්ම විපාකත් මුල් වෙලා තමයි ඒක සිද්ධ වෙන්නෙ...

ඇයි එතකොට තව පිරිසක් ගිහින් මාළු බාන පළාත්වල ඉපදෙන්නෙ? මහත්තය ඒකත් මේ විදිහට පැහැදිලි කරල දෙනවා. මාළු බාන අයගෙ අත්තල මුත්තලත් සියල්ලම මාළු බාපු රස්සාව කරල තියෙන්නෙ. ඒ අයට දාව උපදින්නෙත් ඒ අනුකූල ගති හේතුඵල අනුව සකස් වෙලා තියෙන උදවිය. ඉතින් ඒ අයට ගිහින් සිල් ගන්න කියන්නෙයි?... මේව ඉතින් මහා දිග කතා. ගොඩක් විස්තර කරපු ඒවා. මම ඔය බොහොම පොඩ්ඩක් තමයි කිව්වෙ. ඊට පස්සෙ ඔය යුධ පළාත්වල උපදින්න හේතුවත් පැහැදිලි කරල දෙනවා. යුද්ධ ප්‍රදේශවල අම්මලාට ඇහෙන්නෙ බෝම්බ සද්ද, වෙඩි සද්ද. ඉතින් බඩේ ඉන්න ළමයින්ට ඇහෙන්නෙත් ඒ සද්ද. ඊළඟට බඩ ගාන දණ ගාන කාලෙදි උන් උස්සගෙන ගෙට දුවන්නෙත් බෝම්බ වෙඩි සද්ද එනකොට. බලනකොට ඒ සියලු පීඩාවලට ගොදුරු වෙලා තමයි ඉන්න සිද්ධ වෙන්නෙ. ඒවත් කර්මානුරූපීව සිද්ධ වෙන දේවල්. ඒත් මේ ධර්මය නැගෙනකොට ඕව නතර වෙන්න ඕන. හැබැයි එහෙම නිකං නතර වෙන්නෙ නෑ. බාහිර පරිසරය සකස් වෙන ක්‍රමයක් එනවා...

ඉතින් ඔය වගේ සාකච්ඡා අපි දිගින් දිගටම කළා. අන්තිමට කිව්වා, ඉදිරියේදි යුද්ධෙ නතර වෙනව කියල. අපි

ඇහුවා ඒ කොහොමද කියල. නතර වෙන්නෙ මෙන්න මේ ක්‍රමයට කියල, එක්කො වෙඩි බෙත් ටික පස් වෙයි කිව්වා. අපි තර්ක කළා ඒක කොහොමද වෙන්නෙ කියල. ඇයි බැරිවෙලා හරි වෙඩි බෙත් ටික පත්තු වුනේ නැත්නම් එතකොට යුද්ධ කරන්න බෑනෙ! ඉබේ නතර වෙනවනෙ! එතකොට ළඟට ඇවිත් ගහන්න එපැයි! එතකොට ඔය තරම් විසාල යුද්ධයක් වෙන්නෙ නෑ, යුද්ධය අවම වෙනවා. ඊට පස්සෙ ළඟට ඇවිත් අතින් පයින් කැත්තකින් පොල්ලකින් ගැහුවොත් තමයි...

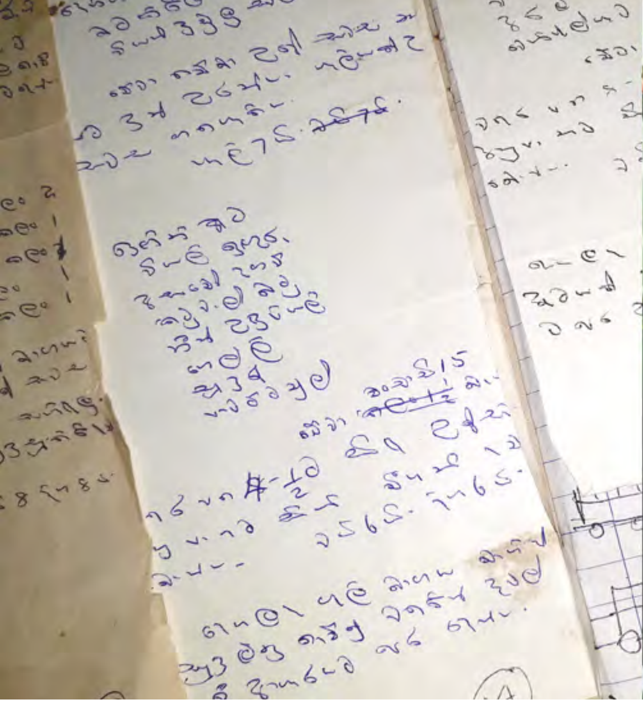
මහත්තය මෙහෙම හේතු ගොඩක් කියාගෙන යනකොට අපි ඇහුවා, බැරි වෙලාවත් එහෙම නොවුනොත්? එතකොට හිනාවෙවී කියනවා, යුද්ධ කරන්න දෙපිරිසක් ඉන්න ඕන නේද? එක පිරිසකට අනෙක් පිරිස පෙනුනෙ නැත්නම් මොකද වෙන්නෙ? එතකොට යුද්ධයක් තියෙයිද?... මහත්තය කියන කතාව ඇත්ත තමයි. යුද්ධ කරන්න දෙපිරිසක් ඉන්න ඕන තමයි. හැබැයි ඉතිං අපි කොහොමද ඒක එහෙම වෙයි කියල පිළිගන්නෙ? මෙච්චර පිරිසක් අවුරුදු ගණනාවක් ගහ මරාගෙන, ජාත්‍යන්තරවත් ප්‍රසිද්ධ වෙලා ඒවට සංවිධානත් හදාගෙන මරාගෙන මැරෙන යුද්ධ කරන එකේ එහෙම ලේසියෙන් නතර වෙයිද? වෙන්නෙ කොහොමද? ඊට පස්සෙ මහත්තය කියනවා, අපි හිතමුකො ඔබ වහන්සේලාට පේනව නේද ඔය වැහි දවස්වලට මීදුම ගලල එහා පැත්තෙ කන්ද කිසි දෙයක් පේන්නෙ නැතිව තියෙන හැටි! හැබැයි ඒත් ඒ කන්ද ඒ පැත්තෙ ඉන්න මිනිස්සුන්ට පේන්නෙ නැතිව තියෙයිද? මේ පැත්තෙ මීදුම තිබුනොත් ඒ පැත්තෙ අයට මේ පැත්තෙ කන්ද පේන්නෙත් නෑ. අපි හිතමු ලොකු වැහි වළාකුලක් ඇවිත් පාත් වුනොත් එතකොට මොනව කරන්නද?... මේ වගේ අපි කියපු හැම එකකටම අබෙරත්න මහත්තයත් මොනවහරි එකක් කිව්වා. එහෙම සෑහෙන කතා කියල තමයි පරිසරය සුද්ධ වෙලා මෙහෙම තත්ත්වයක් සකස් වෙනව කිව්වෙ. ඒකෙන් අදහස් කළේ, අපිට හිතා ගන්න බැරි, පේන්නෙ නැති මොනවහරි බලවේග ක්‍රියාත්මක වෙලා අන්තිමට ඔය ගහමරා ගන්න යුද්ධෙ නැතිවෙනව කියල. එහෙම නැතිව ඒක මෙන්න මේ ක්‍රමයටම නැතිවෙනව කියල කිව්වෙ නෑ. හැබැයි ඒ විදිහට යුද්ධෙ **නතර වුනත්, ඊට පස්සෙ සාසනික ප්‍රතිකර්ම හරියට කළේ නැත්නම් ඒ නතරවීමත් වැඩිකල් තියෙන්නෙ නෑ කියල ඒ ගැනත් දීර්ඝ විස්තරයක් කළා.**

ඉතින් අන්තිමට අර පඨවි ධාතුව කම්පා වෙලා මේ විදිහට ආපෝ ධාතුව වැගිරෙනව කියල කියපු අවුරුද්දෙම තමයි සුනාමිය ආවෙ. හැබැයි සුනාමි ආපු වෙලාවෙ අපිට ලොකු කම්පාවක් ඇති වුනේ නෑ. මොකද මහත්තය විස්තරාත්මකව කියල තිබුනා, පරිසරය සුද්ධ වෙනකොට මේ වගේ විනාසයන් සිද්ධ වෙන ආකාරය. හැබැයි එහෙම විනාස වුනාට අනික් රටවල් එක්ක බලත්දි ලංකාවට අඩුවෙන්ම තමයි හානි වෙන්නෙ කියලත් කිව්වා. මොකද අතීතයේ පටන් වර්තමානයෙත්, අනාගතයෙත් නිර්මල බුදු දහම ලෝකයටම බෙදන රට. ඉතිං සුනාමි එනව කියල නෙවෙයි කිව්වෙ. ධර්මය මතු වෙනකොට පරිසරය සුද්ධ වෙනව කියල කිව්වෙ. සුද්ධ වෙන්නෙ මේ විදිහටයි කියල අර විදිහට සතර මහා ධාතු විස්තර කළා. ඒ වගේම කිව්වා, අඩුම තරමෙ රටේ උදවිය 95% කටවත් කතා කරන විපත්තියක් තමයි වෙන්නෙ කියල. ඒ කියන්නෙ ලංකාවෙ වැඩි පිරිසක් දැනුවත්ව සිද්ධ වෙන දෙයක්. එතකොට අර 5% කිව්වෙ ඔය කැලෑවල, ආරණ්‍යවල ගුවන් විදුලි යන්ත්‍රයක්, රූපවාහිනී යන්ත්‍රයක් නැති හාමුදුරුවරු වගේ අය විතරක් ඒ කාරණය දන්නෙ නෑ කියන එක. ඒ තරම් දැනුවත්වයි ඒක වෙන්නෙ කියන එක. දැන් මේ දහම් දේශනාවක් කළේ. ඉතින් ඔය වගේ සිද්ධි හාමුදුරුවො උපාසක මහත්තය කාලෙ ඉඳන්ම අපිත් එක්ක කියල තිබුනා.

කොහොම හරි වහරක හාමුදුරුවො කියන කරුණු ගැන අපිට මොනවහරි ක්‍රමයකින් පණිවිඩ, සංඥා එන ක්‍රම තිබුනා. කවුරුහරි භාවනා කළොත් ඔහුට මොන ක්‍රමයකින් හරි සංඥා දෙන්න පුළුවන් ක්‍රමයක් යෙදෙනවා. ඒක අපිට 100% ක්ම තේරිලා තිබුනෙ. ඉතින් උන්වහන්සේ අපවත් වෙන්න මාස 4 කට විතර කලින්, අපි ඇසුරු කරන කිහිප දෙනෙක් උන්වහන්සේ සම්බන්ධයෙන් මෙහෙම දෙයක් වෙයි කියල කතා වුනා. හැබැයි අපිට ඒ විදිහට කලින් ලැබිච්ච තොරතුරු සියල්ල ඇත්ත වුනත්, මේ කාරණය අපි විශ්වාස කළේ නෑ. ඒක කවදහරි වෙන බව දන්නවා. නමුත් අපි හිතුවෙ තව අවුරුදු 3 - 4 ක් වගේ කාලයක් හාමුදුරුවො ජීවත් වෙලා ඉඳීවි කියල. උන්වහන්සේ අපවත් වෙන්න මාස කිහිපයකට පෙරත් මට විවිධ ක්‍රමවලින් කිහිප සැරයක්ම උපදෙස් දුන්නා. ඒ උපදෙස් දීපු සමහර ඒවා මට තෝරගන්න බැරි වුනාම, මම දන්න කියන තවත් අයට කියල අහගන්නවා. එතකොට කියනවා, මෙන්න මේ ටික තමයි වහරක හාමුදුරුවො කියන්නෙ කියල.

කොහොම හරි ඉතිං ඔය වගේ දෙතුන් වතාවක් මම උන්වහන්සේ නැවතිලා හිටපු රෝහලට අන්තිම කාලෙ මුණගැහෙන්න ගියා. අපවත් වෙන්න මාස 10 කට විතර වගේ කලින් දවසක ගියාම, එතන හිටපු අය උන්වහන්සේ අසනීපයි කියල අපිට යන්න දුන්නෙ නෑ. අපි ඉතින් ටික වෙලාවක් එළියට වෙලා බලාගෙන හිටියා. පස්සෙ ඒ අය කිව්වා, ගියාට කමක් නෑ හාමුදුරුවන්ට කතා කරන්න එපා කියල. අපිත් ඉතිං හා කියල ඇතුලට ගියා. අපි ටිකක් ඈතින් නිහඬව හිටියා. නමුත් හාමුදුරුවො කතා කරන්න මහන්සි ගන්නවා. කොහොම හරි ඇඳේ ඉඳගෙනම අපි ඉන්න පැත්තට හැරිල හිනාවෙලා දැන් අපි කතා කරයි කියල බලාගෙන ඉන්නවා. අපිට කතා කරන්න එපා කියපු අයත් ළඟ හිටපු නිසා අපිත් සද්ද නැතුවම හිටියා. පස්සෙ හාමුදුරුවො දෙවතාවක්ම අපිත් එක්ක කතා කරන්න හැදුවා. ඒත් අපි සද්ද නැතිව හිටියා. ඊට පස්සෙ හාමුදුරුවො එක පාරටම උන්වහන්සේ දිහාම බලල ඇස් දෙකෙන් උන්වහන්සේවම අපිට පෙන්වල මෙහෙම කියනවා. "මේ පේනවනේ මට වෙලා තියෙන දේ! හැමෝටම ඕක තමයි අන්තිමට වෙන්නෙ! වෙන්න ඉස්සෙල්ල වැඩේ කරගන්න තමයි කියන්නෙ. අප්පමාදේන සම්පාදේථ. අප්‍රමාදීව කටයුතු කරගන්න. මට වෙන කියන්න දෙයක් නෑ. කියන්න ඕන ටික මම කියල තියෙන්නෙ..."

උන්වහන්සේ මෙහෙම කිව්වම, අපේ ප්‍රමාදය පිළිබඳව අපිට මහා සංවේගයක් ඇති වුනා. මොනව කරන්නද? අපිත් ඉතිං සද්ද නැතිව එහෙම්ම හිටියා, වචනයක්වත් කිව්වෙ නෑ. පස්සෙ හාමුදුරුවො විනාඩියක් විතර බලාගෙන ඉඳල ඇස් දෙක පියා ගත්තා. දැන් හොඳටම නින්ද ගිහින් වගේ ගොරවනවා. එතකොට ළඟ හිටපු අය අපිට කිව්වා, දැන් නින්ද ගිහින් තියෙන්නෙ යන්න කියල. ඒත් අපි සද්ද නැතිව එහෙම්ම හිටියා. විනාඩි 3 කින් විතර හාමුදුරුවො ඇස් ඇරියා. අපේ දිහා බලල කට කොනකින් හිනාවෙලා මට කියනවා, "කෝ... කොච්චර කිව්වත් අහනවයි! කියන එකෙයි කොරන්නෙ? රෑ දවල් දෙකේ බුදියන එකනෙ





ප්‍රබල ස්නායු රෝග සඳහා අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් විසින් මතු කළ බලවත් ඖෂධ වට්ටෝරු රැසක්...

පෙර අත්බැව්වල ඍෂිවරුන් වෙදදුරන් වශයෙන් සසර පුරන ලද පාරමිතාවක් අනුව, වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ ගිහි වතක සිටියදී හෙළ වෙදකම මුල් කරගත් බෙහෙත් හා ප්‍රතිකාර ක්‍රම රැසක් සමාධියෙන් මතු කරගත් ආකාරය මීට පෙරත් හෙළිදරව් කළා. ඒ වගේ ඖෂධ වට්ටෝරු රැසක් මේ වෙනකොටත් මේ සඟරාවෙන් හෙළිදරව් කරල තියෙනවා. විශේෂයෙන් උන්වහන්සේ ගිහි වතක සිටියදී රෝගීන් සඳහාම දින වෙන් කරල, විශේෂ සමාධිමය ක්‍රමයකට ඒ අයට අදාළ ඖෂධ වට්ටෝරු ඇතුළු සාසනික ප්‍රතිකර්ම සිදු කළ ආකාරයත් මීට පෙර හෙළිදරව් කළා. ඒ විදිහට එදා දරුණු ස්නායු ආබාධයකින් පෙලුන දරුවෙකුට ලබා දුන්න ප්‍රබල ඖෂධ වට්ටෝරු රැසක් තමයි මේ ලිපියෙන් හෙළිදරව් කරන්නෙ.

මීට අවුරුදු 22 කට පමණ පෙර අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ ගිහි වතක සිටියදී අබේරත්න උපාසක මහත්තයා නමින් හඳුන ගත්ත මේ දරුවාගේ දෙමව්පියන්,

---

වැඩේ! මොනව කරන්නද?" ඔහොම හයියෙන් කිව්වා. ඇත්තටම ඒ දවස් ටිකේම මට එච්චර සනීපත් නෑ, හරිම අමාරුවෙන් හිටියෙ. හරියට දාඩිය දානවා. ඉතිං මේ කියන දවස්වල මම නිදිමත වුනාම බිම පැදුර දාගෙන බුදිය ගන්නවා. ඊට පස්සෙ ඉතිං ඇහැරිච්ච වෙලාවට මම සාමාන්‍යයෙන් වෙලාව බලන්නෙ නෑ ටික වෙලාවක් භාවනා කර කර ඉන්නවා. වහරක හාමුදුරුවො උපාසක මහත්තය කාලෙම අපිට කියල තිබුනෙ, දවල්ට නිදාගත්තොත් රෑට භාවනා කරන්න, රෑට නිදා ගත්තොත් දවල්ට භාවනා කරන්න, ඇහැ ඇරල ඉන්න වෙලාවට භාවනා කරන්න, හැබැයි දවල්ට බුදිය ගත්තොත් රෑට බුදිය ගන්න එපා, රෑට බුදිය ගත්තොත් දවල්ට බුදිය ගන්න එපා කියල.

ඉතින් බලන්න අච්චර අසනීප තත්ත්වයෙන් ඉඳලත් උන්වහන්සේට ඒ ගැන දැනිල මට උපදෙස් දුන්න හැටි! තමන්ගෙ අදහස් අවස්ථානුකූලව ප්‍රකාශ කළා. ඒ කියන්නෙ, නිකං විකාර කර කර ඉන්නෙ නැතුව තමන්ගෙ වැඩේ කරගන්න කියන එකයි උන්වහන්සේ කිව්වෙ. මට මේ ලැබුනෙ උපදේසයක් කියල ඒ කාරණය හොඳටම තේරුනා. ඔය විදිහට දිග කතාවක් අතරින් පතර කොටස් වශයෙන් කිව්වා.

ඔය අවස්ථාවෙ මාත් එක්ක ගියපු අය උන්වහන්සේට වන්දනාමාන කළා. ඒ වෙනකොට මමත් ගොඩක් කාලෙකින් උන්වහන්සේට වැඳල තිබුනෙ නෑ. ඇත්තටම මම මහණ වෙලා හිටියට උන්වහන්සේ කෙරෙහි ගිහි කාලෙත් ලොකු ගෞරවයක් භක්තියක් තිබුනා. මම ඒ දවස්වල කිව්වා, මහත්තයා මම ඇත්තටම කැමැත්තෙන්මයි මේ බණ අහන්න එන්නෙ, අකමැති නම් මෙහෙම එන්නෙ නැනෙ, අපිට ඇත්තටම වඳින්න පුදන්න ඕන වුනත් ගිහි කෙනෙකුට වඳින්න බැරි ප්‍රශ්නයයි තියෙන්නෙ, මොකද අපි අපේ හාමුදුරුවරුත් එක්ක සම්මතයේ ඉන්න එපැයි කියල. මොකද ඔය වගේ හිටපු තවත් අධ්‍යාත්මික ශක්තියක් තිබ්ච්ච කෙනෙකුට ඒ කාලෙ භික්ෂූන් වහන්සේ නමක් වැඳල උන්වහන්සේට සෙසු සංඝයා වහන්සේලාගෙන් ප්‍රශ්න මතු වුනා කියල ආරංචි වුනා. ඒ ප්‍රශ්න මතයි මම වඳින්නෙ නැත්තෙ කියල කිව්වා.

පස්සෙ ඉතිං මහත්තය කියනවා, නෑ මේකයි අපි ඉතිං ඒ සිරිත් විරිත් කඩන්න හොඳ නෑ තමයි, අපි බලාපොරොත්තු වෙන්නෙ ඒක නෙවෙයිනෙ, ඕකට ඉතිං මේං මේ වගේ ක්‍රමයක් ඕන නම් අනුගමනය කරන්න පුළුවන් කියල, අර ඒ කාලෙ අසූ පිට ඉඳගෙන අන්‍ය පරිබ්‍රාජකයෙක් බුදුන් වහන්සේ දැක්කම වන්දනාමාන කරපු හැටි කිව්වා.

ඉතිං මම උන්වහන්සේට වඩා මහණකමින් හුඟක් ජ්‍යෙෂ්ඨ වුනත්, එදා රෝහලේදි මම උන්වහන්සේට වන්දනාමාන කළා. ඊටත් පෙර ඉඳලම මම ඒ වගේ වන්දනා කරල එන අවස්ථා තිබුනා. සම්මතයේ තියෙන කතා ඉතිං අපි එච්චර ගණන් ගත්තෙ නෑ.

(ඉතිරි කොටස ලබන කලාපයෙන්)

සටහන
නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

එදා පටන් අද දක්වාම වහරක අරිය චින්තාශ්‍රම බෞද්ධ විහාරස්ථානය මුල් කරගෙන සිදු කරන සාසනික කටයුතුවලට සම්බන්ධ වෙලා ඉන්නවා. එදා වයස අවුරුදු 3 ක පමණ කුඩා දරුවෙක්ව සිටියදී ප්‍රතිකාර සඳහා යොමුවුනු ඒ දරුවා අද අවුරුදු 25 ක පමණ තරුණයෙක්. උප්පත්තියෙන්ම ඇවිත් මුල් කාලයේ දරුවා පෙලුන ස්නායු රෝගී තත්ත්වයේ බරපතලකම එක්ක බලත්දි, අද වෙනකොට ඒ ප්‍රතිකාරවලින් 80% ක පමණ සාර්ථක ප්‍රතිඵල අත්කරගන්න පුළුවන් වෙලා තියෙන බව ඔහුගේ දෙමව්පියන් පවසනවා.

රෝගියාගේ තත්ත්වය සමාධියෙන් යොමු කරල බලල ඊට අනුකූලව මේ බෙත් වට්ටෝරු දීල තියෙන නිසා, කර්ම ශක්තියට යටත්ව විවිධ රෝගීන්ට විවිධ මට්ටම්වලින් මේ බෙත් ප්‍රත්‍ය වෙන්න පුළුවන්. එදා අවුරුදු 20 කට පෙර ලබා දුන්න ඒ වගේ බෙහෙත් වට්ටෝරු 50 ක පමණ ප්‍රමාණයක් ඔවුන් විසින් අභ්‍යාස පොතක අලවල බොහොම ගෞරවයෙන් ආරක්ෂා කරගෙන ඇවිත් තිබුනා. මේ වගේ රෝගවලින් පෙළෙන තවත් රෝගින්ගේත්, පශ්චිම ජනතාවගේත් යහපත පිණිස හෙළ බොදු පියුම සඟරාවෙ පළ කරන්න කළ ඉල්ලීමකට අනුව, අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේගේ අත් අකුරින්ම ලියන ලද ඒ වට්ටෝරු සහිත පොත සම්පූර්ණයෙන්ම ලබා දෙන්න තරම් ඔවුන් කාරුණික වුනා.

උන්වහන්සේව ඇසුරු කළ අවුරුදු 22 ක පමණ කාලය තුල, මේ වගේ රෝගවල කර්ම විපාක සම්බන්ධය සහ සසර භයානකත්වය කියාපාන අපූරු අත්දකීම් රැසක් ඔවුන් ලබල තිබුනත්, ඒවා ඉදිරියේදී "අභයරතනාලංකාරය" යටතේ ඉදිරිපත් කරන බලාපොරොත්තුවෙන්, මේ ලිපියෙන් ඒ බෙහෙත් වට්ටෝරු පමණක් ඉදිරිපත් කරනවා. මේ බෙහෙත් වට්ටෝරු සියල්ලම ප්‍රබල ස්නායු රෝග මුල් කරගෙන ලබා දුන්න ඒවා නිසා, තවත් කල් පමා නොකර ඒ වට්ටෝරු සියල්ලම එකවර ඉදිරිපත් කිරීමෙන්, මේ වගේ රෝගවලින් පෙළෙන රෝගීන් ඉන්න පවුල්වල උදවියට යම් කිසි සහනයක් වෙයි කියල බලාපොරොත්තු වෙනවා.

ඒ අනුව ගම්පහ බැලුම්මහර ප්‍රදේශයේ පදිංචි, එදා මේ කතා වස්තුවට මුල් වෙච්ච පවුලේ දරුවෙක් වන සමෘද්ධි උදාප්‍රසංග තිලකසිරි තරුණ මහතාටත්, මේ ඖෂධ වට්ටෝරු ලබා දුන් ඒ මහතාගේ දෙමව්පියන් ඇතුළු පවුලේ සියළු දෙනාටත්, සහයෝගය ලබා දුන් සියළු දෙනාටත් පුණ්‍යානුමෝදනා පූර්වකව කෘතඥ වෙමින්, ඒ ප්‍රබල ඖෂධ වට්ටෝරු ඔබගේ ප්‍රයෝජනය පිණිස මේ විදිහට එකින් එක සටහන් කරනවා. **වෙද හෙදකම සම්බන්ධයෙන් අත්දකීම් හා දැනීමක් තියෙන පින්වතුන් මුල් කරගෙන මේ බෙත් නිසියාකාරයෙන් හදා ගන්නව නම් සාර්ථක ප්‍රතිඵල ලබා ගන්න පුළුවන්.**

මේ යටතේ පළමුවෙන්ම සඳහන් කරන්නෙ, රෝගියාගේ හිසේ ගල්වන්න අවස්ථා කිහිපයකදි ලබා දුන්න හිස ගැල්වුම් හෙවත් හිස කුඩිච්චි කිහිපයක්. හිස් කබල ඇතුලෙ කෝටරක හෙවත් කුහරවල තදබල විදිහට හිර වෙලා බැඳිල තියෙන සෙම ඉවත් කරන්න තමයි මේ හිස කුඩිච්චි දමන්නෙ. ඒ වගේ සෙම බැඳීම් නිසා ස්නායු තෙරපිලා ඇඹරිලා පෝෂණය අඩාල වීමෙන් තමයි මේ වගේ ස්නායු දුර්වලතා හට ගන්නෙ. අන්න ඒ වගේ අවස්ථා සමනය කරන්න තමයි මේ හිස කුඩිච්චි මුලින්ම දමන්නෙ. සමස්ථයක් වශයෙන් ගත්තම, ටික ටික සෙම ඉවත් කරල සුද්ධ කරල ස්නායු පෝෂණයට ආධාර වීමක් තමයි මේකෙන් කරන්නෙ. ඒ නිසා මේ සමහර හිස ගැල්වුම් හේතුවෙන් සමහර අයට සෙම ඇවිස්සෙන්නත් පුළුවන්. නමුත් කලබල නොවී මේ හිස ගැල්වුම් කියල තියෙන විදිහට පාවිච්චි කිරීමෙන් ඒ සෙම ඉවත් කරගන්න පුළුවන්.

කනට තරමක් ඉහලින් හිස වටා වළල්ලක ආකාරයෙන් දමන මේ හිස කුඩිච්චි, ඒ විදිහට දාන්න පෙර වටේට හිස කෙස් වළල්ලක ආකාරයෙන් තරමක් බූ ගාගන්න පුළුවන් නම් හිස කුඩිච්චිය රඳවන්න වඩා පහසුයි. හිස සම්පූර්ණයෙන්ම බූ ගාල කරනව නම් වඩාත් හොඳයි. මොකද එතකොට ඖෂධ ටික හිසට උරාගන්න පහසුයි. ඒ වගේම හිස වටා කරන වෙලීම් ඉදිරි රූප සටහනේ දක්වා ඇති ආකාරයට වමේ සිට රවුමට සිද්ධ කිරීම වඩාත් සුදුසුයි. ඒ කියන්නෙ ඔරලෝසුවේ කටුව කැරකෙන පැත්තට ප්‍රතිවිරුද්ධ අතට. මොකද මනුස්සයෙක්ගෙ ශක්ති චක්‍ර ක්‍රියාත්මක වෙන්නෙ වමේ සිට දකුණට.

පළමුවෙන්ම කොළපතක් අරගෙන දොදොල් පට්ට ඔතන්න ගන්නව වගේ ඒකෙන් පට්ටයක් ගලව ගන්න. කොහොඹ ගහක පට්ටයක් හෝ තෙල් උරාගන්නෙ නැතිවෙන්න තවපු කෙසෙල් කොළයක් හෝ පොලිතින් පටියක් වුනත් ගන්න පුළුවන්. ඒ පට්ටය රෝගියාගේ කනට උඩින් ඉහත සඳහන් කළ ආකාරයට වමේ සිට වෙලල, රෙදි කැබැල්ලක් අරගෙන වට කිහිපයක් කොළපත් පට්ටය අල්ලල වමේ සිට හිස වටා කට්ටයක් වගේ හිටින්න ඔතල හිස කුඩිච්චිය ස්ථාවරව රඳවන්න. බෙහෙත්වල තියෙන දියරමය ස්වභාවය පහලට ගලා ඒම වැළැක්වීම සඳහාත්, ගැල්වුම ස්ථාවරව රැඳවීම සඳහාත් තමයි එහෙම කරන්නෙ. හැබැයි මේ බෙත් හදනකොට සම්පූර්ණයෙන්ම දියර ස්වභාවයකින් හෝ ඝන ස්වභාවයකින් හෝ නෙවෙයි හදන්නෙ. එක්තරා ප්‍රමාණයකට විතරක් ද්‍රව ගතිය හිටින්න, තලපයකටත් වඩා ද්‍රව ගතිය එන්න හදන්නෙ.

දැන් හිස ගැල්වුම සඳහා ලබා දීල තියෙන බෙහෙත් මිශ්‍රණය හිස් මුදුන ඇතුළු හිස පුරාමත්, හිස වටා කොළපත් දාරය අස්සටත් ගල්වල ටිකක් තද කරන්න.

ඒ විදිහට හිස ගැල්වුම උදේ වරුවෙ යෙදීමෙන් පැය 2 කට පස්සෙ නාවන්න ඕන. හැබැයි ඒ පැය 2 ක කාලය තුල එහෙ මෙහෙ යන්නෙ නැතිව එක තැනකට වෙලා වාඩිවෙලා ඉන්න පුළුවන් නම් හොඳයි. මොකද නැත්නම් බෙත් ටික එහෙ මෙහෙ ගිහින් ඉහිරිලා යන්න පුළුවන්. ස්ථාවර වෙච්ච තරමට තමයි බෙත්වල සාරය හිසට උරාගන්නෙ. එක හිස කුඩිච්චියක් දීල තියෙන දින ගණන ඉවර වෙනකල් නොකඩවා කළාට පස්සෙ තමයි ඊළඟ හිස කුඩිච්චිය පටන් ගන්නෙ. ඒ අතර දවසක දෙකක පරතරයක් තිබුනට ගැටළුවක් නෑ. ඒ වගේම මේ හිස ගැල්වුම් පටන් ගන්නවත් එක්කම ඒ සමගම දී ඇති කසාය ආදී අනෙකුත් වට්ටෝරුත් ගන්න ඕන. හිස කුඩිච්චිවලින්, බැඳිල තියෙන සෙම අවුස්සල ගලවනකොට ඒවා ශරීරයෙන් පිට කරන්න තමයි මේ කසාය දෙන්නෙ. ඒ වගේම මේ හිස කුඩිච්චි ගල්වන කාලය තුල උෂ්ණ අධික ආහාර සහ සීතල අධික ආහාරවලින් වළකිනව නම් වඩා හොඳයි.

ඒ වගේම වතුර පත 4 බාගයට හිඳින කසාය වට්ටෝරුවල ඒ ප්‍රමාණයන් දීල තියෙන්නෙ අවුරුදු 3 - 12 දක්වා ළමයෙකුට ගැලපෙන විදිහට නිසා, අවුරුදු 12 ට වැඩි අය පාවිච්චි කරනව නම් ඒ හැම කසාය වට්ටෝරුවක්ම දෙගුණයකින් වැඩි කරල ගන්න

ඕන. උදාහරණ විදිහට පළවෙනි කසාය වට්ටෝරුව අවුරුදු 12 ට වැඩි කෙනෙක් ගන්නව නම් ඉඟිනි ඇට කලං 4 යි, තල් සූකිරි කලං 2 යි, පේර කොළ කලං 2 යි... ආදී වශයෙන් අමුද්‍රව්‍ය ප්‍රමාණය දෙගුණයක් කරල වතුර පත 4 බාගයට හිඳිනව වෙනුවට, වතුර පත 8 එකට හිඳල ගන්න ඕන. කෙලින්ම පත 8 එකට හිඳින්න දීල තියෙන කසාය වට්ටෝරුවලට එහෙම ප්‍රමාණයේ ගැටළුවක් නෑ. ඒවා හැමෝටම පොදුයි. හැබැයි මේ කාරණය අදාළ වෙන්නෙ කසාය වට්ටෝරුවලට විතරයි.

ඒ වගේම එදා ඒ රෝගියාගේ තිබිච්ච තත්ත්වයට ගැලපෙන විදිහට ක්‍රමානුකූලව පිළිවෙලින් සමාධියට ඇදිල ආපු බෙත් වට්ටෝරු නිසා, මේ සඳහන් කරන අනුපිළිවෙලටම අනිත් අයත් ඒවා පාවිච්චි කරනව නම් වඩා හොඳයි.

<u>හිස ගැල්වුම් හෙවත් හිස කුඩිච්චි</u>

1. හීන් උඳුපියලි, හීන් නාරං පොතු, දෙහි පොතු, ඇඹුල් දොඩම් පොතු, නස්නාරං පොතු, වැල්දෙහි පොතු, කෝමාරිකා කියන මේ අමුද්‍රව්‍ය ටික ටික අරගෙන කොටාගෙන එළ කිරෙන් අඹරල ඉහත සඳහන් ආකාරයට උදේට හිස ගැල්වුම දමා පැය 2 කින් නාවන්න. දින 8 යි. (විශේෂයෙන් මේ පළවෙනි හිස කුඩිච්චිය බොහෝ අයට සාර්ථක ප්‍රතිඵල අත් කරල දීල තියෙනවා.)

2. ඉඟිනි ඇට කුඩු, ඉරමුසු, දෙහි පොතු, කෝමාරිකා මද, බෙත් ගොටුකොළ, රත් හඳුන් කුඩු. මේවා එළඟි තෙලින් අඹරගෙන උදේට හිස ගැල්වුම දමා පැය 2 කින් නාවන්න. එළඟි තෙල් වැඩි වුනාට ගැටළුවක් නෑ. දින 14 යි.

3. මච්කිරි (නැත්නම් චීන මල්), සුදු හඳුන්, පේරකොළ, කෝමාරිකා, පිටවක්ක දළු, කොහොඹ කොළ, කිරිබොඳු අල, හීන් නිදිකුම්බා, හීන් බෝවිටියා මුල්වල සහ කඳේ පොතු, දළු. මේවා ඇල් දියෙන් අඹරගෙන හිස ගැල්වුම දමා පැය 2 කින් නාවන්න. දින 9 යි.

4. උළුහාල්, ඉඟිනි ඇට කුඩු, කෝමාරිකා, හීන් උඳුපියලි, බෙත් ගොටුකොළ, තැඹිලි පොල්කොළ ඉස්ම, එළකිරිවලින් රන් කැබැල්ලක් ගලගාගෙන ඒ රත්රන් මිශ්‍ර එළකිරිවලින් මේස හැඳි 2 ක්. මේ සියල්ල ඇල් දියෙන් අඹරගෙන කලින් විදිහටම හිස ගැල්වුම දමා පැය 2 කින් නාවන්න. දින 10 යි.

5. කොට්ට පොල් ගෙඩියකින් කාලයි, මී ඇට මද කලං 2 යි, නා දළු කලං 2 යි, පේර කොළ කලං 2 යි, වරක දළු කලං 2 යි, හීන් උඳුපියලි කලං 2 යි, වල් ඵෑණු අල කලං 2 යි, කෝමාරිකා කලං 2 යි, තැඹිලි පොල් කොළ ග්‍රෑම් 100 ක් කොටා මිරික ගත් ඉස්ම, අමු ඉඟුරු කලං 2 යි, රසකිඳ කොළ කලං 2 යි, කොළ මුකුණුවැන්න කලං 2 යි. මේවා තැඹිලි පොල් කිරි පත කාලක් සමග කොටාගෙන, වතුර ගතිය මදි නම් ඇල් වතුර හෝ තැඹිලි වතුර ටිකක් මිශ්‍ර කරල හදාගෙන පෙර සේම හිස ගැල්වුම දමා පැය 2 කින් නාවන්න. දින 8 යි.

<u>කසාය වට්ටෝරු / දුම් ඇල්ලීම් / කැඩුම් පොට්ටනි / නිල තෙරපුම් / කල්ක ගුලි / වෙනත් ප්‍රතිකර්ම</u>

සැ.යු. :- අනුපාන වශයෙන් මී පැණි ගන්න කියල තියෙන අවස්ථාවලදී ඒ කසාය හොඳටම නිවුනට පසු පාවිච්චි කරන්න. මොකද මී පැණි රත් වෙච්ච දේකට එකතු වුනොත් විස වෙන්න පුළුවන් නිසා.

1. ඉඟිනි ඇට කලං 2 යි, තල් සූකිරි කලං 1 යි, පේර කොළ කලං 1 යි, නා දළු කලං 1 යි, නෙල්ලි කලං 1 යි. වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට සහිඳ ලුණු සහ සුදු සූකිරි දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි.

2. දෙහි ගහේ පස් පංගුව, බටකිරිල්ල කොළ, වියන් දුඹුලු ස්වල්පයක් (දර ලිප්වලට උඩින් බඳින දර මැස්සේ කාලයක් යනකොට බැඳෙන කළු පාට දුඹුලු). මේවා තම්බගෙන උදේ හවස නාසයට දුම් උරන්න. හැළි 7 යි, දින 7 යි. (මේ සමගම පහත අංක 3 වට්ටෝරුවත් පාවිච්චි කරන්න.)

3. ඉඟිනි ඇට, වියළි ඉඟුරු, අසමෝදගම්, කටුවැල් බටු, හීන් උඳුපියලි, නෙල්ලි, සූදුරු, පාවට්ට මුල්. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි සහ මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි.

4. කලාඳුරු අල, වියළි ඉඟුරු, ඉරිවේරිය, වියළි පොල්පලා, නීරමුල්ලි, වසාවාසි, අරළු, වෙනිවැල්ගැට. මේවා කලං 1 1/2 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි සහ මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි.

5. තිප්පිලි, රසකිඳ පිටි, ඉරිවේරිය දඬු, කලාඳුරු අල. මේවා සමව අරගෙන මී පැණියෙන් අඹරගෙන කුඩා ගුලි හදාගෙන



දවල්ට රාත්‍රියට ආහාරයට පෙර වතුර ටිකක් එක්ක බොන්න. දින 18 යි.

6. අමු කොත්තමල්ලි තම්බල උදේ හවස බොන්න. දින 10 යි. (මේ සමගම අංක 7 වට්ටෝරුවත් පාවිච්චි කරන්න.)

7. මුරුංග පොතු, ඉරිවේරිය දඬු, අමුනෙල්ලි, පත්පාඩගම්, වියළි ඉඟුරු, සැවැන්දරා මුල්, හාතවාරිය අල, සූදුරු. මේවා කලං තුන් කාල (3/4) බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට තල් සූකිරි සහ දුඹුරු සීනි දමා බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි.

8. තිත්ත තිබ්බොටු මුල් කලං 1 යි, ඉඟිනි ඇට කලං 1 1/2 යි, නා දළු කලං 1 යි, වැල්මී කලං 1 1/2 යි, රසකිඳ කලං 1 යි. මේවා වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට සහිඳ ලුණු සහ මී පැණි සමග බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි. (මේ සමගම අංක 1 හිස ගැල්වුම දමන්න පටන් ගන්න.)

9. ඉඟිනි ඇට, සුදු හඳුන්, හීන් නිදිකුම්බා, හීන් උඳුපියලි, පත්පාඩගම්, වෙනිවැල්ගැට, තිප්පිලි, සහිඳ ලුණු. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි සහ මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි. (මේ සමගම අංක 1 හිස ගැල්වුම දින 14 ක් පෙර සේම දමන්න.)

10. කලාඳුරු අල, නික මුල්, කුරුඳු දළු හෝ ළපටි පොතු, හාතවාරිය අල, කොතල හිඹුටු මුල්, දෙහි පොතු. මේවා කලං 1 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට එළඟි තෙල් සහ තල්

සූකිරි දමා බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි. (මේ සමගම අංක 2 හිස ගැල්වුම පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

11. සුදු හඳුන්, කොත්තමල්ලි, වෙනිවැල්ගැට, ඉඟිනි ඇට, පේර කොළ, නා දළු, සමන්පිච්ච මල්, දෙහි පොතු. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට තල් සූකිරි සහ සහිඳ ලුණු දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි. (මේ සමගම අංක 3 හිස ගැල්වුම පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

12. ඉඟිනි ඇට, රත් හඳුන්, සුදු සූකිරි, වියළි ඉඟුරු, මුද්දරස්පලම්, තල් සූකිරි, කොකුම් පොතු, පේර කොළ, නා දළු, වල් රුක්අත්තන පොතු. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. දින 8 යි, වඩි 8 යි. (මේ සමගම අංක 4 හිස ගැල්වුම පාවිච්චි කරන්න.)

තැඹිලි වතුර පෙඟවූ පාන්කඩ 2 ක් පයේ මාපට ඇඟිලි දෙකට තියල බැඳල පැය 2 කට පසු ලිහා දමන්න. දින 10 යි.

13. අක්කපාන කොළ, පනම්පෙති, රත් හඳුන්, ඉරිවේරිය දඬු, සුදු සූකිරි, වැල්මී, බලුනකුට මල්, බලුනකුට ගසේ මුල්. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩිය දෙවේලයි. වඩි 6 යි. (මේ සමගම අංක 5 හිස ගැල්වුම පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

14. වැල්මී, රසකිඳ, අමු පොල්පලා මුල්, ඉරිවේරිය දඬු, උගුරැස්ස පොතු, මානෙල් අල, නෙළුම් දඬු, තිප්පිලි, දියසෙවෙල්, වීන මුල්. මේවා මංචාඩි 12 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි. (මේ සමගම අංක 15 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

15. දෙහි මුල්, ඇඹුල් දොඩම් මුල්, හීන් නාරං මුල්, නස් නාරං මුල්, යකි නාරං මුල්, වැල් දෙහි මුල්. මේවා සමව අරගෙන කුඩු කරල මේස හැඳි බාගයක් දමා තම්බගෙන එන දුම උදේට නාසයට උරන්න. තැම්බීමෙන් පසු එන වතුර දවල්ට කෝප්ප බාගයක් සුදු සූකිරි කුඩු සහ තල් සූකිරි දමා බොන්න. දින 8 යි.

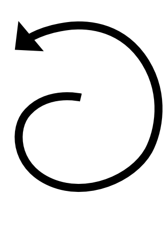
16. දිය සෙවෙල්, ඉඟිනි ඇට, වතුර පලා, වරක පොතු, නාමල් රේණු, අරළු, බුළු, නෙල්ලි, කෝමාරිකා, පෙති පුවක්, බැබිල මුල්, නෙළුම් දඬු. මේවා කලං 1 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට එඬරු තෙල් සහ සහිඳ ලුණු දමා බොන්න. වඩි 6 යි, දින 6 යි. (මේ සමගම අංක 17 වට්ටෝරුවේ එන කැඩුම් පොට්ටනිය පාවිච්චි කරන්න.)

17. රත් හඳුන්, අමු ඉඟුරු, මී ඇට මද, කුඹුරු කොළ, වැල කොස් ගහක පොතු (කොස් ගහේ පිට පොත්ත මෝරල පිපිරුවාට පසු මතුවෙන තද තැඹිලි පාටට හුරු කුඩක් එක්ක තියෙන තද තැඹිලි පාට පොතු කොටස), තලපිති, සමන්පිච්ච මුල්. මේවා සමව අරගෙන (තල පිති වැඩිවෙන්න) කොටාගෙන පොට්ටනි බැඳල වණ්ඩුවේ තම්බගෙන නළල, බොරුඇස් සහ බෙල්ල පිටි කර උදේ හවස තවන්න. දින 6 යි.

18. අළු කෙසෙල් අල, නීරමුල්ලි, පත්පාඩගම්, වෙනිවැල්ගැට, බැබිල මුල්, සුදු ඇණු, ඊතණ මුල්, වීන මුල්, වීන මල්, වීන පොතු, වීන දළු, වීන කොළ. මේවා කලං බාගය බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට සුදු සූකිරි සහ සහිඳ ලුණු දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි. (මේ සමගම අංක 19 ප්‍රතිකර්මය පටන් ගන්න.)

19. ගුරු ගල් කැට 21 ක් කහ කුඩු දිය කළ වතුරෙන් හොඳට හෝදල බුදු පහන තියෙන තැන තැන්පත් කරල දිනපතා උදේට 1 බැගින් අරගෙන රෝගියාගේ හිසේ වම් රවුමට රවුම් 7 ක් කරකවා කතා නොකර කළු ගලක් මතට පිටි අතින් (තමන්ට නුහුරු අතින්) අරගෙන විසි කරන්න. (ඒ කියන්නෙ, තමන්ගෙ නුහුරු අත පිටුපසට කරගෙන පිටුපස බලන්නෙ නැතිව පිටුපසට විසි කරන්න ඕන.)

වම් රවුමට



20. හීන් උඳුපියලි, කපු පුළුං කොළ, බෙත් අනෝදා කරටි, සෙනෙහෙ කොළ, පනම්පෙති, කෝමාරිකා, අක්කපාන කොළ, බෙලි මුල්, වැල්මී. මේවා මංචාඩි 13 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන අනුපානයට තල් සූකිරි දමා උදේ හවස බොන්න. හැළි 14 යි. දින 14 යි. (පළමු දින 10 තුල උණු වතුර නාවන්න.)

හැළි 7 ක් දුන්නට පසු අලි හක්කයක් දෙහි ඇඹුලෙන් ගලගාගෙන යටි බඩ, ඉණ දෙපස, කොන්ද පෙදෙස්වල හවසට ගාන්න. උදේට උණු වතුරෙන් සෝදා හරින්න. දින 7 යි.

21. **විස හැර ගත්** රත්නිටුල් මුල්, වීන ගසේ පස් පංගුව වෙන වෙනම, සුදු ඇණු, උළුහාල්, අලිගැට පේර මුල්, මුරුංග මුල්, දේවදාර, රත් හඳුන්. මේවා කලං බාගය බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 10 යි, දින 10 යි. (මේ සමගම අංක 22 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

22. කොළ පාට මුකුණුවැන්න ගස් මුල් සමග අරගෙන වේළල කොටාගෙන කුඩු කරල තියාගෙන කෝපි වගේ තැම්බෙන්න වහල තියල පෙරල දිනකට වරක් උදේ වරුවෙ බොන්න. දින 21 යි.

23. වීන ගහේ පස් පංගුව කලං 10 බැගින්, සමන්පිච්ච මල් කලං 10 බැගින් අරගෙන කොටාගෙන කුඩු කරල පෙනේරයකින් හලාගෙන තේ හැඳි බාගය බැගින් උදේට සහ රාත්‍රී නින්දට පෙර නටන උණු වතුරෙන් තැම්බෙන්න වහල තියල පෙරල බොන්න. සුදු සූකිරි කුඩු ටිකක් සීනි වෙනුවට දමන්න. දින 21 යි.

24. පිනි දියෙන් ගල ගා ගත් රත් හඳුන්, හිසේ පිටුපස උකුණු වළ ළඟ පටන් කොඳු ඇට පෙළ දිගටම තට්ටම කිට්ටුවට එනකල් උදේ හවස ගාන්න. දින 28යි. නළලමැදතිලකයකුත්ඒබේත්වලින් තියන්න. (මේ සමගම අංක 25 න් දක්වා ඇති නිල තෙරපුම පටන් ගන්න.)

නින්දෙන් අවදි වෙනකොට කන් දෙකට පිඹල ඇහැරවන්න.

25. උදේට නැගිට්ට හැටියෙම අත් දෙකේ මහපට ඇඟිලි මුල අල්ල උඩට හරවනකොට උඩ පැත්ත අහුවෙන මැණික් කටුව ළඟ විනාඩිය බැගින් යන්තමට තද කරල පිරිමදින්න. ඉන්පසු පපුව මත විනාඩියක් අතින් උඩට පහතට පිරිමදින්න. මාස එකහමාරක් පමණ කරන්න.

26. බිම් පොල් ගස්, සුදු සූකිරි, දියමිත්ත, කලාඳුරු අල, දිය සෙවෙල්, සුදු හඳුන්, ඉරිවේරිය දඬු, සමන්පිච්ච කැකුළු, වීන මුල්, දේවදාර. මේවා කලං 1 යි, මංචාඩි 4 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8

එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, සහිඳ ලුණු දමා බොන්න. වඩි 8 යි, දින 8 යි. (මේ සමගම අංක 27 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

27. රත් හඳුන්, චීන පොතු, මාදම් පොතු, එරමිණිය මුල්, වරක දළු, සුදු හඳුන්. මේවා කලං 1 බැගින් අරගෙන පිරිසිදු තල තෙල්, පොල් තෙල් කාල බැගින් දමා මඳ ගින්නේ පැය 4 ක් කරකරල පෙරාගෙන උදේට දවල්ට හිසට දමන්න. මාස 1 යි. මේ කාල සීමාව තුල උණු වතුර නාවන්න.

28. හිස මුදුනට තල තෙල් දමා ඉදුන කොස් කොළයක් මුනින් නවල තියල වෙලන්න. දිනකට පැය 2 යි. දින 15 යි. (මේ සමගම අංක 29 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

29. චීන මුල්, බැබිල මුල්, පත්පාඩගම්, කරපිංච නැටි, මුද්දරස්පලං, සමන්පිච්ච මල්, හීන් උඳුපියලි, වල් දෙල් මුල්. මේවා මංචාඩි 15 බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, සහිඳ ලුණු දමා බොන්න දෙන්න. වඩි 7 යි, දින 7 යි.

30. ඉඟිනි ඇට, සුදු හඳුන්, නෙල්ලි, සුදු එැණු, වරක ගස්වලින් කඩාගත් ඇඟිල්ලක් තරමේ කොස් ගැට, කැකිරි හෝ පිපිඤ්ඤා කොළ, දෙහි පොතු, ඇඹුල් දොඩම් පොතු, නාරං පොතු, පිටවක්කා, රත් හඳුන්, කොත්තමල්ලි. මේවා කලං බාගය බැගින් අරගෙන වතුර පත 4 බාගයට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 14 යි, දින 14 යි.

කස්තුරි මිශ්‍ර දස මූලාරිෂ්ට බෝතල් 1ක් අරගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පෙර තේ හැඳි 2 බැගින් දෙන්න.

31. නිල් මානෙල් අල පිට කළු පාට පොත්ත සම්පූර්ණයෙන්ම ඉවත් කරල ඉතිරිය පෙති කපල වේළල කබලේ රන්වන් වෙනකල් බැදගෙන තිවුනට පසු මී පැණියෙන් අඹරගෙන කෝපි ගෙඩි පමණට ගුලි කරගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පසු ගුලි 1 බැගින් දෙන්න. මාස 3 යි.

32. ඉඟිනි ඇට කුඩු කලං 6 යි, කපුරු පෙති 3 යි, පෙරුම්කායං කලං 1/2 යි. මේවා පිරිසිදු එළගිතෙල්වලින් අඹරගෙන කෝපි ඇට පමණට ගුලි කරගෙන, දවල් රාත්‍රී ආහාරයට පසු ගුලි 1 බැගින් බේත් ටික ඉවර වෙනකල් දෙන්න. (මේ සමගම අංක 33 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

33. ඉදුන කොස් කොළ නැටි තම්බල දිනකට දෙවරක් පත එක බැගින් දුඹුරු සීනි සමග බොන්න. දින 10 යි.

34. නික මුල්, සුදු එැණු, පාවට්ට මුල්, දෙහි මුල්, බිං කොහොඹ, සැවැන්දරා මුල්, වියළි ඉඟුරු, ගම්මිරිස්, බඩ ඉරිගු වහල්ල, දෙහි පොතු, බිං පොල් ගස්, ඉරිවේරිය දඬු. මේවා කලං 4 බැගින් අරගෙන වතුර බෝතල් හතරක් බෝතල් එකට හිඳගෙන පෙරල තියාගෙන තල් සූකිරි ග්‍රෑම් 20 ක් එකතු කරල දිය කරල බෝතලයකට දාල මූඩිය බුරුල් කරල තවත් භාජනයක් තුල වහල (මුද්‍රා නොතබා) තියන්න. දින 6 ක් ගියාට පසු අරගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පෙර මේස හැඳි 1 බැගින් දෙන්න.

35. සුදු හඳුන්, දුම්මැල්ල, කටු කරෝසන, තිප්පිලි, බෙලි ගහේ කොළ, දළු, මල්, මුල්, පොතු, වැල්මී. මේවා කලං 1 යි මංචාඩි 4 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, සහිඳ ලුණු දමා බොන්න. වඩි 10 යි, දින 10 යි. (මේ සමගම අංක 36 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

36. මී ඇට මද, එඬරු ඇට මද, බැබිල මුල්, තිප්පිලි, පත්පාඩගම්, පෙරුම්කායං, ඉරිවේරිය දඬු, නා මල් රේණු, සුදු එැණු. මේවා සමව අරගෙන කොට්ට පොල් වැඩිවෙන්න අරගෙන කොටාගෙන පොට්ටනි බැඳල වන්ඩුවේ රත් කරල උදේ හවස නළල, හිස තවන්න. දින 15 යි.

උදේට බටු තෙල් ටිකක් අත්ලට අරගෙන දෙහි ඇඹුල් බිංදු 4 ක් සමග හිසට දමන්න. දින 15 යි.

37. දෙහි කොළ ඇතුළු පැගිරි කොළ වර්ග 5 ක් අරගෙන (ජම්බෝල කොළ හැර) තම්බගෙන උදේ හවස නාසයට වාෂ්ප උරන්න. හැළියක් දින 1 යි. දින 15 යි. (මේ සමගම අංක 38 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

38. නිල් කටරොඩු මල්, වැල්මී, දිය තිප්පිලි, බෙලි මුල්, කැන්දමුල්, අරත්ත අල, හීන් උඳුපියලි, වල්දෙල් මුල්. මේවා කලං එකහමාර බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 9 යි. දින 9 යි.

39. බිම් පොල් ගස්, සුදු සූකිරි, වෙනිවැල්ගැට, කොත්තමල්ලි, තොටිල්ල පොතු, මිදි මුල්, පලොල් මුල්, ඇත්දෙමට මුල්, බේත් අනෝද කොළ, බැබිල මුල්. මේවා කලං 1 යි මංචාඩි 4 බැගින් අරගෙන වතුර පත 8 එකට හිඳගෙන උදේ හවස අනුපානයට දුඹුරු සීනි, මී පැණි දමා බොන්න. වඩි 9 යි. දින 9 යි. පැගිරි දුම් පෙර සේම දින 15 ක් අල්ලන්න.

40. කබොක් ගල් කැබලි කිහිපයක් බත් උයන ළිපක දින 2 ක් තියල වතුර නොගා සුද්ධ කරගෙන, දෙහි ඇඹුලෙන් ගලගාගෙන නාන්න පැය බාගයකට පෙර හිසේ හැම තැනම ගල්වල ඉන්පසු උණු වතුරෙන් නාවන්න. දින 9 යි.

හිස වේලුනාට පසු සුදු හඳුන්, රත් හඳුන් ලී කැබලි 2 ක් සම සමව අරගෙන එළගි තෙලෙන් ගලගාගෙන හිසේ ගාන්න. දින 9 යි. (මේ සමගම අංක 41 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

41. කොල්ලු ග්‍රෑම් 50 යි, සුදුරු ග්‍රෑම් 10 යි බැදල කුඩු කරගෙන කිතුල් පැණිවලින් අඹරල තියාගෙන තේ හැඳි බාගයක් දවල් රාත්‍රී ආහාරයට පසු අරගෙන වතුර ටිකක් බොන්න. මාස 1 යි.

42. මයිල මල්, කුප්පමේණිය දළු සමව අරගෙන වේළල කොටාගෙන කුඩු කරගෙන රාත්‍රී නින්දට පෙර දුඹුරු සීනි දමා බොන්න. දින 14 යි.

43. රතු එැණු ග්‍රෑම් 500 ක් කොටා මිරික ගත් ඉස්ම, පිරිසිදු එළගි තෙල් අවුන්ස 4 යි, කිතුල් පැණි බෝතල් බාගයයි. මේවා හැළියක දමල ලිපේ තියල මඳ ගින්නේ පැණි පදමට බස්සවා තියාගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පෙර තේ හැන්ද බැගින් ගන්න. මාස 3 යි. (මේ සමගම අංක 44 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න පටන් ගන්න.)

44. නා මල් රේණු, එකතු කරගත් පිනි දියෙන් අඹරගෙන උදේට හිසේ ගාන්න. දින 21 යි.

45. ඉඟිනි ඇට කුඩු, සුදු හඳුන් කුඩු සමව අරගෙන බාඳුරා වතුරෙන් අඹරගෙන කෝපි ගෙඩි පමණට ගුලි කරගෙන වේළල තියාගෙන උදේ, දවල්, රාත්‍රී ආහාරයට පෙර ගුලි 1 බැගින් ගන්න. මාස 1 යි. (මේ සමගම අංක 46 වට්ටෝරුව පාවිච්චි කරන්න.)

46. දෙහි ඇට මී පැණිවලින් අඹරගෙන උදේ හවස හිස් මුදුනේ ගාන්න. මාස 1 යි.

(ඉතිරි කොටස ලබන කලාපයෙන්)

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



නිවන් දකින විවිධ ක්‍රමවේද

මීට පෙරත් හොඳ - නරක, සුචරිත - දුශ්චරිත සොයන ආකාරය, දහම් රටාව, දේශනා න්‍යායන්ගෙන් පෙන්වා දීල තියෙනවා. වචනපඨවල එල්ලිලා ඉන්නෙ නැතිව, අදහස විතරක් අරගෙන නිවන් දකින තවත් ක්‍රමවේද කිහිපයක් තමයි මේ කෙටියෙන් විස්තර කරන්නෙ. බුදුන් වහන්සේ දවසක් එක්තරා ගමකට වැඩම කරල ගෘහපතියන්ගෙන් මේ විදිහට ප්‍රශ්න අහනකොට ඔවුන් මේ විදිහට උත්තර දෙනවා.

බුදුන් වහන්සේ : ගැහැවියනි, තමන් නසනව නම් තමන් කැමතිද? තමන්ට හිංසා පීඩා කරනව නම් තමන් කැමතිද?

ගෘහපතියන් : නැත ස්වාමිනී.

බුදුන් වහන්සේ : අනුන් නසනව නම් ඒ අය කැමති වෙයිද? අනුන්ට හිංසා පීඩා කරනව නම් ඒ අය කැමති වෙයිද?

ගෘහපතියන් : නැත ස්වාමීනි.

බුදුන් වහන්සේ : තමන්ට අවැඩ වූ, අනර්ථ සහිත වූ, අනුන්ට අවැඩ අනර්ථ සහිත වූ දෙයක් යමෙක් කරනව නම් ඒක හොඳද නරකද? සුචරිතද දුශ්චරිතද? කිරීම සුදුසුද නුසුදුසුද?

ගෘහපතියන් : ස්වාමීනි නරකයි, දුශ්චරිතයි, නුසුදුසුයි.

බුදුන් වහන්සේ : එහෙනම් තමන් ගන්නා තීරණය මොකක්ද?

ගෘහපතියන් : ස්වාමීනි, දුශ්චරිත වූ ප්‍රාණඝාතය, සත්ත්ව හිංසාව නොකිරීම

මේ විදිහට දස අකුසල් දහම් රටාව කෙරෙහිම හිතල තීරණයකට බැසිය යුතු බව උන්වහන්සේ දේශනා කරනවා. එතකොට ඒ පුද්ගලයට දෙව්ලොවක් තිබුනත් එකයි නැතත් එකයි. ඒකෙ ප්‍රශ්නයක් නෑ. කරන ලද හොඳ නරකවල විපාක තිබුනත් නැතත් ප්‍රශ්නයක් නෑ. ඔහු යහපත් සුචරිතවත් කෙනෙක්. යහපත් වුනාම, සුචරිත වුනාම එයින් එහා බලන්න තේරුම් ගන්න හේතු පහළ වෙනවා. නුවණ පහළ වෙනවා. නොදන්න දේ, නොවැටහෙන දේ පිළිබඳව සැක සහිතව, මුළා සම්මතයන් ගැන විස්වාසය තියල පිළිගන්න යන්නෙ නැතිව, තේරුම් ගන්න පුළුවන් හොඳ දේ වටහගෙන අනුගමනය කිරීම නුවණැති අයගේ පිළිවෙත බව බුදුන් වහන්සේ දේශනා කරල තියෙනවා. සං. නි. 1 - 111 පිටුව, <u>ඛේම සූත්‍රය</u>

මේ අනුව අනුන්ගෙන් අහගෙන හෝ මුළා විස්වාසයන් හෝ පිළිගන්න යන්නෙ නැතිව, තමන්ට වැටහෙන පූර්ව භාග ප්‍රතිපදා මාර්ගය තියෙද්දි, තමන්ගෙ නුවණැසට ගෝචර නොවන දේ හොයන්න විස්තර කරන්න යාම, ළදරු පන්තියේ දරුවෙක් උසස් පෙළ විෂයන් ගැන හොයන්න යනව වගේ වැඩක්. ඒ නිසා අධෛර්යමත් වෙන්නෙ නැතිව තමන්ගෙ නුවණට ගෝචර වෙන දේ විතරක් නිසැකව වටහාගෙන පිළිවෙත් පිරිය යුතුයි. එතකොට සුදුසු අවස්ථාවෙදි ස්ථිරවම ගැඹුරු සත්‍යයට බහින්නත්, වටහා ගන්නත් පුළුවන්කම ලැබෙනවා.

මේ විදිහට සුචරිතව සම්මා පටිපදාවට බැසිය යුතුයි. ඒකත් තමන්ට නුවණ තියේ නම් හොඳින් වටහාගන්න පුළුවන් ධර්මයක්. පටිච්ච සමුප්පාදය අනුව හේතුවකින් ඵලයක් ලබන ආකාරයත්, හේතු නිරෝධයෙන් ඵල නිරෝධ වෙන ආකාරයත් දැනගනිමින් දකිමින් කටයුතු කරනකොට සම්මා පටිපදා මාර්ගය මනා සේ වැටහෙන්න ගන්නවා.

ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන, රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, ස්පර්ශ (පොට්ඨබ්බ), ධර්ම කියන අනිච්ච දේ අනිච්ච විදිහට බලනකොට සම්මා දිට්ඨිය ලැබෙන බව සං. නි. 4 - 283 පිටුවේ එන <u>අජ්ජත්ත / භහිද්ද නන්දික්ඛය අනිච්ච සූත්‍රවලින්</u> පෙන්වනවා. ඒ වගේම සත්කාය දිට්ඨි ප්‍රහාණයත් මේ විදිහට බලනකොට සිද්ධ වෙන බව ඒ පොතේම 293 පිටුවේ සඳහන් වෙනවා.

පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මයට අහු නොවන ලෝකයක් කිසි තැනක නෑ. අපි අනන්ත සංසාරයේ පටන් ඇසුරු කළේ මේ ලෝකය. තවත් විදිහකට කියනව නම්, පටිච්ච සමුප්පාද ධර්මයෙන් කියවෙන හේතුඵල දහම. සියලු හට ගැනීම්වලට අවිද්‍යාව මුල් වෙනවා. හැම හේතුවකම ඵලයක්ම පොදුවේ බලනකොට ජාතියක්. විඤ්ඤාණ ජාති, නාම රූප ජාති, සළායතන ජාති, ස්පර්ශ ජාති, වේදනා ජාති... ආදී වශයෙන් මේ හැම ඵල ධර්මයක්ම ජාති වර්ග බව දේශනා කරල තියෙනවා.

"අවිජ්ජා පච්චයා සංඛාරා" සංස්කාර (සංඛාර, සංකර) කියන්නෙ රැස් කරන දේ. පිං රැස් කරනවා. පව් රැස් කරනවා. විපාක විදිහට

ලැබෙන ඵල රැස් කරනවා. දූහැන් ඵල රැස් කරනවා. පින් කිව්වෙ මොනවද? **ලෝකයේ ප්‍රියමනාප ස්වභාවය ඇති, මධුර ස්වභාවය ඇති, තමන්ටත් අනුන්ටත් සැප වේදනා දෙන්න, පිනවන්න හේතු වෙන යම් ඵලයක් නිපදවන්න හේතු කාරක ධර්මතාවයක්, ලෝකයේ සුචරිතයි කියල සම්මත ධර්මයක්. හොඳ වැඩ කියල මේ බුද්ධි ගෝචර ධර්මතාවයන් සිතින්, කයින්, වචනයෙන් ඇසුරු කරනකොට ඊට අනුකූලව පින් සකස් වෙනවා. ඒ තමයි පුණ්‍යාභි සංඛාර.**

පව් කිව්වෙ මොනවද? ලෝකයේ ඒ ඒ තැන ඇළුම් කරනකොට ඒ ඇළුම් කරන ද්‍රව්‍ය, වස්තු, සත්ත්ව, පුද්ගල... ආදීන් ලබාගන්න හෝ රැකගන්න හෝ නොකටයුතුකම්, ලෝභකම් කරනකොට ලෝභ මූලිකව, ද්වේශ මූලිකව, මෝහ මූලිකව සිත් සකස් වෙනවා. ඒවා අපුණ්‍යාභි සංඛාර වෙනවා.

ආර්ය මාර්ගයේ යනකොට වඩන කුසල සංඛාර නැවත බිහිවීමකට හේතු නොවන නිසා ආනෙඤ්ඤාභි සංඛාර කියල කියනවා. ඒක අවිද්‍යා ප්‍රත්‍යයෙන් හට ගන්න එකක් නෙවෙයි. ඒ වගේම අරූප සංඛාරත් ආනෙඤ්ඤාභි සංඛාර බව පෙන්වා තියෙනවා. ඒවා අරූප ලෝකයේ උප්පත්තියට හේතු වෙනවා. මේ සියල්ල හට ගන්නෙ ලෝකයට ඇළුම් කිරීම මුල් කරගෙන. ඇළුම් කරන්නෙ ඒ ලෝක වස්තූන් කෙරෙහි ප්‍රියමනාපභාවය නිසා. **ප්‍රිය මනාප වෙන්නෙ අසහනයට, දාහයට තාවකාලික ප්‍රතිකර්මයක් විදිහට වැටහෙන නිසා.**

පවතින හැම තැනකම, හැම දෙයකම අන්තය හෙවත් කෙළවර දාහය ගෙනත් දෙනවා. ඒ හැම කොටසකම විරුද්ධ පැත්තක් තියෙනවා. සීත, උෂ්ණ අරගෙන බැලුවොත්, සීතල වැඩි වුනාම වෙව්ලනවා. එතකොට සීතල දුකක්, දාහයක් ගෙනත් දෙනවා. එතකොට උෂ්ණය සැප විදිහට වැටහෙනවා. ඒ නිසා උෂ්ණය සොයනවා, උෂ්ණය පතනවා. ඒ වගේම උෂ්ණය වැඩි වුනොත් දාහය ගෙනත් දෙනවා, දුක් ගෙනත් දෙනවා. එතකොට සීතල සුව විදිහට වැටහෙනවා. **සීතලේ** අන්තය හෙවත් කෙළවර සොයනවා, පතනවා. මේ විදිහට සුවය හෙවත් ආස්වාදය විද්‍යමාන වෙනවා. **යමෙක් අන්තයට යනකල්ම ඔහුට දුක, සැප කියල 2 ක් වැටහෙනවා. දුක දූනිල ගැටෙනවා. සැප සොයාගෙන ඇලෙනවා. මේ දෙක අතරමැද පේන්නෙ නෑ.**

ලෝභය, ද්වේශය, මෝහය ගින්නක්. ඒවා දුක් දෙනවා, දවනවා, තවනවා. පවතින ලෝකය තුල ලෝභ නැති, ද්වේශ නැති, මෝහ නැති තැන් සොයනවා. එතකොට ස්වර්ගය කියන අන්තය අල්ල ගන්නවා. පැවැත්මේ ස්වර්ගය විදිහට කාම ස්වර්ගයට සහ රූප අරූප බඹ ලොවට ඇලෙනවා. ඒ ස්ථාන ප්‍රියමනාප විදිහට දකිනවා. ඒවා උපාදාන කරගෙන පහල කරනවා. ජාති උපදවනවා. සැනසීම ලැබුන කියල හිතනවා. කාලයක් යනකොට ඒකත් දාහයක්, ගින්නක් කියල වැටහෙනවා. ලෝභය, ද්වේශය, මෝහය ප්‍රිය මනාප විදිහට දූනෙනවා. ඒවා ඇසුරු කරනවා. ඒවාට ඇල්ම ඇති කරනවා. වැළඳ ගන්නවා. පහල වෙනවා. ජාති හට ගන්නවා. මේ විදිහට ප්‍රිය බව, මනාප බව දකිමින් මුළාව නිසා, අවිද්‍යාව නිසා කාරණා වැටහෙන්නෙ නැතිව මේ දෙයාකාර අන්තයන්ට බහිමින් භවයේ හෙවත් පහල වීමේ ඉන්නවා. එයින් ජාතිවල හට ගැනීම වෙනවා.

යම් දවසක මේ ජාතිවල ජරාවට පත්වීම, වැහැරී යාම, දුර්වල වීම, රෝගී බව, වැනසීම, නිෂ්ඵල බව වැටහෙනවද, මේ අන්ත දෙකේම ජාතිවලට උරුම වෙච්ච ලෝක ධර්මතාවය වැටහෙනවද, එතකොට ඒවායේ කළකිරෙනවා. කළකිරුනම අත් හැරෙනවා. අත්හැරුනම නොඇලෙනවා. නොඇලුනාම මිදෙනවා. මිදුනම නැවත හටගන්නෙ නෑ. නිවන් දකිනවා. මේ විදිහට පින් පව්, අනුකූල පහල වීම් කියන සංස්කාරයෝ දූනගන්නවා. ඒවායේ යථා ස්වභාවය දූනගන්නවා. ඒවා ඇතිවෙන හේතුව අවිද්‍යාව බව දූනගන්නවා. ඒවායේ නැති කිරීමත් දූනගන්නවා. නැති කරන මාර්ගයත් දූනගන්නවා. මේකත් නිවන් මාර්ගයක්.

මේ පිළිබඳව තවත් විස්තර මේ විදිහට දක්වන්න පුළුවන්. ඉහත කියන විදිහට සංස්කාරයන්ගේ යථා ස්වභාවය වටහා ගත්තම, **ඇළුම් කරන තරමට දුක දාහය ලැබෙන බවත්** වැටහෙනවා. නිසරු බවම මිසක්, ලෝක ධර්මතාවයේ මොහොතින් මොහොත ගෙවී ගෙවී ගිහින් විනාසයට පත්වීමේ ධර්මතාවයට ගොදුරු වන, ඒකෙම වහලෙක් විදිහට ගෙවෙමින් ගිහින් වැනසෙන ස්වභාවය මිසක්, කැමති විදිහට පවත්වන්න බැරි බවත් වැටහෙනවා. එතකොට ලෝකයේ ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති කියන නාම රූපයන් කෙරෙහි ඇලිල බැඳිල කටයුතු කිරීමෙන් කරන වැඩපිළිවෙල පිළිබඳව කෙබඳු හෝ රැස් කිරීම් වෙනවද, ඒ සියල්ලම අත්හැරෙනවා.

ඒ නාම රූපයන් පිළිබඳ සකස් කිරීම් නැතිවෙනකොට විඤ්ඤාණ හෙවත් සිත් පහල වෙන්නෙ නෑ. සිත් නැති වෙනකොට ඇලීමෙන් බැඳීමෙන් කරපු සෙවීම් නැතිවෙනවා. එතකොට අතීත නාම ගෝත්‍ර හෙවත් මතක සටහන් පිළිබඳව මෙනෙහි කිරීම් නැතිවෙනවා. යම් සිතක් පවතිනව නම්, ඊට ඇලීම් බැඳීම් සම්බන්ධව අනුකූල මතකයන් ඇදගන්නා බැඳගන්නා ආකාරයත්, අළුත් මනෝ නිර්මාණයන් නිපදවමින් බාහිරිනුත් නාමරූප ඇදගෙන සහයට ගනිමින් ඒ නිර්මාණ ඔපවත් කරන හැටිත් දූනෙනවා, වැටහෙනවා. ඒ සිත් නැතිවෙනකොට අතීත නාම ගෝත්‍ර මතක් කිරීම නොවෙන හැටිත්, නව මනෝ නිපැයුම් නොකරන හැටිත්, බාහිරින් නාම රූප නොසොයන හැටිත් දූනෙනවා, වැටහෙනවා. එතකොට අතීතයේ වෙච්ච දේවල් නැවත සිහි කර කර ගැටෙන්න දුක් වෙන්න හෝ ඇලෙන්න සන්තෝස වෙන්න හෝ යන්නෙ නෑ.

රාග හිතක් මතු වුනාම, රාගික අරමුණු ස්පර්ශයට ගත්ත ආකාරයත්, අතීත නාම ගෝත්‍ර හෙවත් මතක සටහන් සහ බාහිර රාගික අරමුණු එක් කරගන්නා ආකාරයත්, රාගික මනෝ නිර්මාණ නාම රූපයන් විදිහට පහල කරල රාග සිත බලවත් කරන ආකාරයත්, ඇලීම බැඳීම නිසා ඒවා ඒ විදිහට කරන ආකාරයත් වැටහෙනවා, දූනෙනවා. ඒ රාග සිත ඒ විදිහට නාම රූප ඇසුරින් බලවත් වෙන හැටිත් වැටහෙනවා, දූනෙනවා. රාගික නාම රූපම නිපදවන්න මතක සටහන් ගන්නා ආකාරයත්, බාහිර ලෝකයෙන් රාගික නාම රූපම හොයන - ලබන ආකාරයත්, සිත බලවත් නම් ප්‍රබල ලෙසම ඒ නාම රූප ගන්නා ආකාරයත්, මනෝ නිර්මාණ බලවත් වෙන ආකාරයත් දූනෙනවා, වැටහෙනවා.

යථාවබෝධයෙන් නාම රූප හඳුන ගත්තම, ඒවායේ ස්වභාවය හරියාකාරව වටහා ගත්තම, ඒ නාම ඇසුර අත්හැරෙන හැටිත්, නොඇලෙන හැටිත්, මිදෙන හැටිත්, යළි

හට නොගන්නා හැටිත් වැටහෙනවා. අතීත මතකයන් ඇද බැඳගන්නා බවක් නොවන නිසා, බාහිර රාගික නාම රූපයන් ඇද නොගන්නා බවත්, ඒවායින් මනෝ නිර්මාණ නොකරන බවත්, ඒ නිසා ගතිය නොවන බවත්, ඒ නිසා හට ගැනීම් නොවන බවත්, ගති ශක්තිය නිපදවෙන්නෙ නැතිවෙන-කොට, අනුරූප වූ රාග ජාතිවල පහල වීම නොවන බවත් දැනෙනවා, වැටහෙනවා. මේකත් නිවන් මගක්.

ඒ වගේම නාම රූප පච්චයා විඤ්ඤාණං - විඤ්ඤාණ පච්චයා නාමරූපං කියන්නෙත් පටිච්ච සමුප්පාද සිද්ධාන්තයක්. අපි ගැටීම් සහගත සංස්කාරයන් අරමුණු කරනව නම්, ඒ කියන්නෙ ගහන බනින පළිගන්න හිංසාකාරී වූ යම් අරමුණු ඇසුරු කරනව නම් ගැටීම් සහගත සිත් හටගන්නවා.

ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන ඉන්ද්‍රියන්ට ගැටීම් සහගත නාම රූප විපාක ශක්තියෙන් අරමුණු කරවනවා. අපි යම් ස්වභාවයක් බලාපොරොත්තු වෙනකොට, ඊට විරුද්ධ අරමුණු ඇසුරු කරන්න කැමති නැති වෙනවා. විරුද්ධ කාරක ධර්ම අපේ කැමැත්ත අකමැත්ත අනුව නෙවෙයි, පාප කර්මයක විපාක වශයෙන් තමයි අපි කරා එන්නෙ. ඒවා ඕලාරික හෙවත් ගොරෝසු සැඩ පරුෂ ගති සහිතයි. **බලාපොරොත්තු සහගත වෙනකොට ඒකෙන් නැගෙන දාහයත්, ස්වභාවිකව පාප විපාක අරමුණුවල දාහයත් දෙකම එකතු වෙනකොට යථාර්ථය දන්නෙ නැති නිසා, වටිනා ලෝකයක් ගැන හිතෙන නිසා, ඊට විරුද්ධ අරමුණු කෙරෙහි නුරුස්සන ගතිය හට ගන්නවා.** එතකොට ඒ නාම රූප විදිහට එන ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති පිළිබඳව ගැටීම් ස්වභාවය ඇතිවෙන නිසා, ඒ නාම රූප ස්පර්ශයෙන් හටගන්නා විඤ්ඤාණයත් සැඩ පරුෂ වෙනවා. ඒක ගැටීම් සිතක්.

ගැටීම් සිතක් ඇතිවෙනකොට නාම ගෝත්‍ර හෙවත් අතීත මතක සටහනුත් ධර්ම වශයෙන් ඒ දූෂ්‍ය හිතට එකතු වෙනවා. මේ විදිහට අභ්‍යන්තර නාම රූප සහ බාහිර නාම රූප කියන දෙයාකාරයෙන් ලැබෙන හේතු ප්‍රත්‍ය නිසා, මනෝ නිපැයුම් විදිහට විඤ්ඤාණ බලවත් වෙලා පහළ වෙලා ගැටීම් සහගත නාම රූප හෙවත් ආකාර, ලිංග... ආදිය පහල කරනවා. ඒවා ප්‍රබල වූ නාම රූප සමග බැඳුන දූෂ්‍ය සංස්කාර. ඒවායින් දූෂ්‍ය වූ ආයතන ඇසුර සිද්ධ වෙනවා. ඒවායින් දූෂ්‍ය වූ ස්පර්ශයත්, එයින් දූෂ්‍ය වූ වේදනාත්, එයින් දූෂ්‍ය වූ තණ්හා ඇලීම් සහ ඒ නිසා දූෂ්‍ය වූ බැඳීම් වෙනවා. එතකොට දූෂ්‍ය වූ ගති හෙවත් භව වෙනවා. ඒ හේතුවෙන් දූෂ්‍ය ජාති පහල වෙනවා. මේ භව හෙවත් පහල වීම් කෙරෙන්නෙ දූෂ්‍ය වූ ගති ශක්තියට අනුරූප විදිහට නිසා, මේ ශක්තිය මනෝ ධාතුව මගින් ඉස්මතු කරපු දෙයක් මිසක් අහම්බෙන් පහල වෙච්ච දෙයක් නෙවෙයි. ඒ ජාති දූෂ්‍ය වුනේ ශක්තිය දූෂ්‍ය විදිහට හැඩ ගන්වපු නිසා. එතකොට මුහුණ රෞද්‍ර බව පෙන්වනවා. ලේ දූෂ්‍ය වෙනවා. නොයෙක් දූෂ්‍ය ජාති මේ විදිහට හටගන්නවා.

යම් විටෙක මේ රටාව පටිච්ච සමුප්පන්න දහම් නියමය පරිදි දන්නවද, දකිනවද, දූෂ්‍ය හිත කියන්නෙ අහම්බෙන් පහල වෙච්ච දෙයක් නෙවෙයි, හේතුවෙන් හට ගන්න ඵලයක් බව දකගන්නවා. හේතුව නැති වුනා නම් ඵලය නිරෝධ වෙන බව දැනගන්නවා. දූෂ්‍ය හිතකිඩඩන්ම දූෂ්‍ය වූ සංස්කාර මතු කරන නාම රූප ඇදෙන



බව දැනගන්නවා. මොහොතක් පාසා ගෙවිල යන චිත්තක්ෂණ රටාව නිසා දූෂ්‍ය බව ක්‍රියාත්මක වෙන හැටිත්, වැටහීම ලැබෙන හැටිත්, දූෂ්‍ය හිත කියන්නෙ ඒකකයක් නෙවෙයි, චිත්තක්ෂණ කෝටි ප්‍රකෝටි ගණනක රටාවක් නිසා දැනෙන ස්වභාවයක් බවත්, ක්ෂණයකින් අතීතයට යන චිත්තක්ෂණ පරපුරක අතීත මනසිකාරයක් මිසක්, භංග වෙච්ච දෙයකම අතීත මනසිකාරයක් මිසක්, වර්තමාන ක්ෂණයක පවතින්නක් නොවන බවත් දැනගන්නවා.

මොහොතින් මොහොත ගෙවී ගෙවී ගිහින් විනාසයට පත්වෙන ලෝක ධර්මතාවයේ වහලෙක් විදිහටම ගොදුරක් විදිහටම පහල වෙච්ච දෙයක් බවත්, විද්‍යමාන දූෂ්‍ය ස්වභාවය පවා වහල් බවටම ගොදුරු බවටම පත්වෙමින් ගෙවිල යන බවත්, දූෂ්‍ය බවින් හටගත්ත සියලු සම්මතයන්ම ගෙවිල ගිහින් වහල් බවින්ම ගොදුරු බවින්ම වැනසෙනව මිසක්, කැමැත්ත අනුව ඒ උපන් ස්වභාවයට සිද්ධ වෙන දෙයක් නැති බවත් වටහා ගන්නවා. කොච්චර අඬල වැළපිලා සටන් කරල ගැටිල බැලුවත්, කිසිම ප්‍රතිඵලයක් මේ ධර්මතාවයට වහල් වෙන්න ගොදුරු වෙන්න නොදී රැකගන්න බැරි බවත් දැනගන්නවා. මේ සත්‍ය රටාව නොදැනීම අවිද්‍යාව බවත්, ඒ නිසාම සහනය සොයමින් රිසි සේ පවත්වන්න සටන්කාමීව පියවර ගන්න හැටිත්, ඒ නිසාම ඇලීම් බැඳීම් මේ පැවැත්ම කෙරෙහි බලපාන ආකාරයත් වැටහෙනවා.

යථාවබෝධය ලබනකොට අනිච්ච කිච්චෙ ඇයි, දුක්ඛ කිච්චෙ ඇයි, අනත්ත කිච්චෙ ඇයි කියලත් වැටහෙනවා. **නිසරු බව වැටහෙනකොට ද්වේශ සහගත පැවැත්ම කෙරෙහිත් කළකිරෙනවා. බලාපොරොත්තු වෙච්ච ආස්වාදයෙත් කළකිරෙනවා. පැවැත්මෙත් කළකිරෙනවා. කළකිරෙනකොට අත්හැරෙනවා. ආයාසයෙන් අත්හරින්න දෙයක් නෑ. අත්හැරෙනකොට නොඇලෙනවා. නොඇලෙනකොට මිදෙනවා. මිදුනම යළි හට නොගන්නා බවත්, සත්‍යය වැටහුන නිසා ඒ පරම සත්‍යය අතීත වේවා අනාගත වේවා වර්තමාන වේවා, කාල භේදයක් නැතිව**

සදාතනික සත්‍යයක් නිසාත්, අවබෝධ වුනේ ඒ සත්‍යය නිසාත්, ඒකෙන් සිද්ධ වෙච්ච මිදීම නැවත හට නොග න්නා මිදීමක් බවත් දැනගන්නවා. මේ විදිහටත් රාගක්ෂය වෙනවා. ද්වේශක්ෂය වෙනවා. මෝහක්ෂය වෙනවා. මේකත් ඒකායන මාර්ගයක්, නිවන් මගක්.

මේ විදිහට, සංස්කාර පහල නොවෙනකොට නාම රූප හට ගන්නෙ නෑ. එතකොට විඤ්ඤාණ වෙන්නෙ නෑ. හැබැයි ඒ විදිහට නොවෙන්නෙ අභිසංස්කාරයන් පහල කර ගැනීමෙන් නිපදවෙන අභිවිඤ්ඤාණ විතරයි. කර්ම විපාකයෙන් එන විඤ්ඤාණ විතරක් තියෙනවා. නමුත් ඒවායින් තණ්හා උපාදාන හටගන්නෙ නෑ. දැනීමට විතරක් සීමා වෙනවා. මනෝ නිර්මාණ විදිහට නාම රූප නිපදවෙනකොට ඒ ප්‍රත්‍යයෙන් සළායතන වුනත්, අභිසංස්කාර සමග බැඳුන නාම රූප හෙවත් මනෝ නිර්මාණ නැති නිසා තණ්හා උපාදාන සහිත සළායතන වෙන්නෙ නෑ. සළායතන නොවෙනකොට ස්පර්ශ නෑ. එතකොට වින්දන (වේදනා) නෑ. එතකොට තණ්හා උපාදාන නෑ. එතකොට භව නෑ, හෙවත් ගති නෑ. එතකොට අනුකූල ජාති පහල කරන ශක්තිය නෑ. ඒ නිසා ජාති නෑ. ලෝක ධර්මතාවයේ වහල් බවට, ගොදුරු බවට අහුවෙන ජාති නැතිවෙනකොට ජරා, මරණ, සෝක, පරිදේව, දුක්, දොම්නස්, උපායාස නෑ. දුකින් මිදෙනවා.

ඊළඟට බාහිර නාම රූප කිව්වෙ මොනවද? සතර මහා භූතයන්ගෙන් පහල වෙච්ච ආකාර, ලිංග, නිමිති, උද්දේස, ප්‍රඥප්ති කියන මේවා දකිනකොට අහනකොට, ස්පර්ශ කරනකොට ඒවා බාහිරව තිබිච්ච නිසාම, විද්‍යමාන වෙච්ච නිසාම, ඒ පිළිබඳ මනෝ සටහන් පහල වෙනවා. මේ මනෝ සටහන්වල තියෙන්නෙ ස්පර්ශ, වේදනා, සංඥා... ආදී චෛතසික වූ මනෝ ධර්ම කොටස් මිසක් සතර මහා භූත කොටස් නෙවෙයි. නාම ධර්මයන්ගේ අතීත මතක සටහන් රුප්පනය වීමෙන් ආකාර, ලිංග... ආදිය දකිනවා. බාහිර වූ රූප, ශබ්ද.... ආදී ආයතනයන්ට හේතු වූ සතර මහා භූත නිසා පහල කළාම, ඒවාට බාහිර නාම රූප කියල කියනවා. මේ විදිහට විස්තර කළේ, ද්‍රව්‍ය වස්තුවලටත් බාහිර නාම රූප කියල කියනකොට, සිතක් තියෙනවා කියන වැරදි මතය නොගන්න.

බාහිර නාම රූප කියන වචනය පෙළ දහම් පොත්වල තියෙන තැනක්, සං. නි. 2 - 39 පිටුවේ එන බාල පණ්ඩිත සූත්‍රයේ සඳහන් වෙනවා. "මේ කයත් බාහිර නාම රූපයත් දෙකක් දෙකක් හේතු කොටගෙන ස්පර්ශ වෙනවා. මේ විදිහට සළායතනයන් පිළිබඳව ස්පර්ශ හට ගන්නා බවත්, මේ හැම එකකින්ම හෝ එකකින් හෝ ස්පර්ශ ලබල බාලයා සුව දුක් විඳිනවා."

"නාම රූප ප්‍රත්‍යයෙන් සළායතන වේ - නාම රූප නිරෝධයෙන් සළායතන නිරෝධ වේ."

මේ විදිහටත් පටිච්ච සමුප්පාද සිද්ධාන්තයක් තියෙනවා. විපාක වශයෙන් පහල වෙච්ච ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය, මන කියන මේවාට රූප, ශබ්ද, ගන්ධ, රස, පොට්ඨබ්බ, ධර්ම කියන බාහිර ආයතන ස්පර්ශ වෙනවා. මේ පිළිබඳව යම් දැනීමක් හැඳිනීමක් වෙන්නෙ විපාක විදිහට ලැබෙන ආකාර, ලිංග, නිමිති... වශයෙන්. අවිද්‍යාව සහ තෘෂ්ණාව සමග නොබැඳුනොත් දෘෂ්ටි ස්පර්ශ නැති නිසා මේවා සැප, දුක්, මධ්‍යස්ථ වශයෙන් පහල වෙන දෘෂ්ටි වේදනා පහල කරන්න හේතු වෙන්නෙ නෑ. දැකීම දැකීමක් පමණයි, ඇසීම ඇසීමක් පමණයි කියල නවතිනවා.

නමුත් අවිද්‍යාව නිසා ඇල්ම ඇති වෙනව නම් බැඳීමක් ඇතිවෙනවා. ඒ **බැඳීම කිව්වෙ භවය පහල කරන්න සුදුසු වෙන විදිහට දෘෂ්ටි සහගත බැඳීම. ඇලීමට තණ්හා කියලත්, බැඳීමට උපාදාන කියලත් කියනවා.** ඇලීම හා බැඳීම තියෙනකොට අභ්‍යන්තර ධර්ම අරමුණු වීමෙනුත්, බාහිර රූප, ශබ්ද... ආදිය අරමුණු වීමෙනුත් ලැබෙන ආකාර, ලිංග... ආදී නාම රූප සමග සංස්කාර බැඳිල පවතිනවා. ඒ නාම රූප පිළිබඳව සංස්කාර හටගන්නවා. එතකොට සංස්කාර ප්‍රත්‍යයෙන් වන විඤ්ඤාණ පහල වෙනවා. ඒ විඤ්ඤාණ, සංස්කාර සහිත වූ නාම රූප මගින් මනෝ නිර්මාණ නිපදවනවා. මේ නාම රූප ප්‍රත්‍ය කරගෙන කාම (සතර අපාය, මනුස්ස, දේව), රූප (රූපී කායික බ්‍රහ්ම), අරූප (අරූපී බ්‍රහ්ම) කියන භව හටගන්න හේතුවෙන ආයතන නිපදවනවා. එයින් භවයට හේතුවෙන ස්පර්ශත්, ඒ ස්පර්ශ නිසා වේදනා වශයෙන් අවිද්‍යා තෘෂ්ණාදියෙන් බැඳුන සැප, දුක්, මධ්‍යස්ථ වින්දනත්, ඒ වින්දන නිසා ප්‍රබල වන බලාපොරොත්තු සහිත තණ්හාවත්, ඒ තණ්හා හෙවත් ඇලීම හේතුවෙන් උපාදාන හෙවත් බැඳීමත්, ඒ උපාදාන හෙවත් බැඳ ගැනීම් හේතුකොටගෙන භවය හෙවත් අනුකූල වූ පහල වීම් සහ ඒ භව හෙවත් හට ගැනීම් හේතුකොටගෙන ජාති හෙවත් අනුකූල ජාතීන්ගේ ඉපදීමත්, ඒ නිසා ලෝක ධර්මතාවය වන මොහොතින් මොහොත ගෙවී ගෙවී ගිහින් විනාසයට පත්වෙන වහලෙක් විදිහට, ගොදුරක් විදිහට වෙච්ච දෙයක්ම ඉපදිලා, ඒ වහල් බවට ගොදුරු බවට පත්වෙමින් වැනසීමත් සිද්ධ වෙනවා. ඒ ජාති නිපදවුනේ ඇලීම බැඳීම නිසා. ඒ නිසා කැමැත්ත අනුව පවත්වන්න නොහැකිවීමෙන් සහ වැනසෙනකොට කර කියාගන්න දෙයක් නැතිව සෝක, පරිදේව, දුක්ඛ, දෝමනස්ස, උපායාස... ආදී මහත් වූ දුක් කඳේ හට ගැනීමත් සිද්ධ වෙනවා.

මේ විදිහට සළායතන කියන්නෙ සකස් වෙච්ච දේවල්ම කියල දැනගන්නවා. හේතුවකින් පහල වෙච්ච ඵල දහමක් බවත්, නාම රූප ඇසුරු කිරීම හේතුව බවත් දැනගන්නවා. ඒ නිසා විඳින්න සිද්ධ වෙන අසහනය, දුක් කඳ ලැබෙන ආකාරයත් දැනගන්නවා. ආසා බලාපොරොත්තු සහිත නාමරූප නැති තැන සළායතන නිරෝධ වෙන බවත්, ඒකට වෙනත් මගක් නැති බවත් දැනගන්නවා. ඇලීම් බැඳීම් සහිත වූ බලාපොරොත්තු නැති වුනාම, භවයට හේතුවෙන සළායතන නිරෝධ බව දැනගන්නවා. දැකපු සත්‍යය පරම සත්‍යයක් ලෙසත් අතීත, අනාගත, වර්තමාන කියන මොන කාලයක වුනත් මේ සත්‍යය මේ විදිහමයි කියල සත්‍යාවබෝධයෙන්ම දැනගන්නවා. සත්‍යාවබෝධයෙන් ලැබිච්ච කළකිරීම නිසා එන අත්හැරීමත්, ඒ නිසා වන නොඇල්මත්, ඒ නිසා වන මිදීමත්, ඉන්පසු වන හට නොගැන්මත් මතු කිසිම දවසක නැගී නොසිටින විදිහට අනුසය සමග ප්‍රහාණය වෙන බවත් දැනගන්නවා, දැකගන්නවා, ප්‍රත්‍යක්ෂ කරනවා. මේකත් රාගක්ෂය වෙන, ද්වේශක්ෂය වෙන, මෝහක්ෂය වෙන ඒකායන මාර්ගයක්, නිවන් මගක්.

පූජ්‍යපාද වහරක අභයරතනාලංකාර මහ තෙරුන් වහන්සේ විසින් නැවත මතු කරන ලද සැඟවුනු දහම් කරුණු ඇසුරෙන් සකස් කළේ:

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



වස විස ආහාරවලට එරෙහි විකල්ප 02

මේ යටතේ අපේ පැරණි හෙළ හාල් වර්ගවල තියෙන ඖෂධීය ගුණ, ශරීරගත වස විස නැසීමේ බලය ගැන පැහැදිලි කිරීමක් පසුගිය කලාපයෙන් ඉදිරිපත් කළා. ඒ වගේම අපේ දේශයට ගැලපෙන වස විස නැති, වස විස නසන ගුණයෙන් යුක්ත, දැන් තියෙන බොහොමයක් රෝගාබාධවලට ප්‍රත්‍ය වන කුළුබඩු, එළවළු වර්ග, කොළ වර්ග... ආදී තවත් කන බොන ආහාර කිහිපයක් ගැන තමයි මේ විස්තර කරන්නෙ.

මේ බොහොමයක් ශාකමය ආහාරවල අඩංගු ගුණ ගැන පද නිරුක්ති සමගින් ඉදිරිපත් කළ ලිපි පෙළක් හෙළ බොදු පියුම 26 - 32 දක්වා කලාපවල පළ කරල තියෙන නිසා ඒ ගැන නැවත මතක් කරන්න අවශ්‍ය නෑ.

වස විස වුනත් දැන් තියෙන ආහාර නොකෑවොත් කන්න දෙයක් නෑ කියල අඳෝනා නගන අයට දැනගන්න, ගමේ ගොඩේ එදා ආහාරයට ගත්ත වට්ටෝරු කිහිපයක් තමයි මේ.

කොස්, පොළොස්, දෙල්, ගහල අල, දන් අල, කුරක්කන් පිටි, තල, උඳු, මෑ, ලාවුලු, බිලිං, අසමෝදගම්, කතුරුමුරුංග, මුරුංග කොළ, මඤ්ඤොක්ක කොළ, සුදු කටරොඩු කොළ, තිත්ත කැකිරි, කෝවක්කා, දියලබු, පුහුල්, දියබත්, කැරම්කොකු, කොස් දළු, කොහිල දළු, වැල් කොහිල, ඕළු දඬු, කෙසෙල්බඩ, කෙසෙල් මුව, එරබදු දළු, අගුන කොළ, තිබ්බටු, පොල්පලා, බේත් ගොටුකොළ, වැල් පෙනෙල, නිවිති, දඹල කොළ, මඬු කොළ (කොකු), මඬු පිටි, සිංහල වට්ටක්කා, අමු ගස්ලබු, දියවැටකොළු, පිනිජම්බු, ලේන හතු, පිදුරු හතු... මේ ආදී වශයෙන් තවත් සුලභ පැරණි ආහාර වර්ග තිබුනත්, අද බොහෝ දෙනෙක් ගණන් ගන්නෙ නැති, අපේ පැරැන්නො ආහාරයට ගත්ත වට්ටෝරු කිහිපයක් විතරයි මේ සඳහන් කළේ.

ඉස්සර හිටපු අපේ මුතුන් මිත්තො කරපිංච එක්ක කලු හීනටි හාල්වලින් හදපු කැඳ නිතර නිතර භාවිතා කළා. මොකද ඒකෙන් ශරීරයේ තියෙන විස මරන්න පුළුවන් බව ඒ අය දැනගෙන හිටියා. විශේෂයෙන් කැඳ හදනකොට දැන් තියෙන නවීන හාල් වර්ග පාවිච්චි නොකර මේ වගේ පැරණි හාල් වර්ග පාවිච්චි කරනව නම් ප්‍රතිඵල ඉතා ඉහලයි. ඉතින් දැන් නැවතත් කලු හීනටි හාල් පරිභෝජනයට ඇවිත් තියෙන නිසා පහසුවෙන් ඒ වගේ කැඳක් හදාග න්න පුළුවන්කම තියෙනවා.

ඒ වගේම තමයි ඉස්සර හිටපු අපේ අම්මල ව්‍යංජන, හොදි... ආදියට හොඳට තුනපහ දැම්මා, කුළුබඩු වර්ග දැම්මා. මොකද ඒවායේ ප්‍රතිඔක්සිකාරකතාවය ඉතා ඉහලයි, විස මරන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනවා. හරියට පාවිච්චි කළොත් හොඳ ප්‍රතිඵල ගන්න පුළුවන්. අපි අනාදිමත් කාලයක ඉඳන් මේවා පාවිච්චි කළේ හේතුවක් ඇතිව. නමුත් අද සාමාන්‍ය වෙළඳපොළේ හොඳ තුනපහ, කුළුබඩු හොයාගන්න නෑ. ඒවාට මේ වෙනකොට ඒ තරම් දහජරාව එකතු කරනවා. ඒ නිසා වස විස නොගහන විස්වාස තැනකින් හදල විකුණන තුනපහ නැත්නම්, තමන් ගෙදරදි නිසි ප්‍රමිතියට හදාගන්න එක තමයි නුවණට හුරු.

තුනපහ ගත්තම කහ කියන්නෙ ඉතා හොඳ විසබීජ නාසක ගුණයක් තියෙන දෙයක්. සියඹලා, ගොරකත් ඒ වගේමයි. නමුත් අද ව්‍යංජනයක සියඹලා, ගොරක කෑල්ලක් ඇහැටවත් දකින්න නෑ. සුදුළූණු, උලුහාල්, කුරුඳු, කරාබු නැටි, සාදික්කා, එනසාල්, කොත්තමල්ලි, සූදුරු, මාදුරු, අබ, ගම්මිරිස්, රම්පෙ, කරපිංච, සේර, ඉගුරු, දෙහි, අසමෝදගම්, මිංචි, කොච්චි මිරිස්... මේ ආදී වශයෙන් ව්‍යංජනවලට දැම්මෙ රස ගන්න විතරක් නෙවෙයි, මහා ඖෂධ ගුණයක් ලබා ගැනීමේ අරමුණත් එක්කයි. නමුත් අද මේ ස්වභාවික තුනපහ, කුළුබඩු වෙනුවට කෘතීම රසකාරක, වර්ණක, ස්ථායීකාරක... ආදිය තමයි බොහෝ අය භාවිතා කරන්නෙ. ඒවායේ තියෙන භයානකත්වය මීට පෙර පැහැදිලි කළා. දැන් මේ ස්වභාවික ගෙඩි, කොළ... ආදී ආහාර කිහිපයක වැදගත්කම කෙටියෙන් පැහැදිලි කරනවා.

කොස් කියන්නෙ අපේ පැරණිම සිංහල කෑමක්. ඉස්සර මේ කොස් මදුලු හීන් වෙන්න කපල ලියල වේළල අටුවෙ තැන්පත් කරල අටු කොස් විදිහට තියා ගත්තා. මාස ගණනාවක් තියාගන්න පුළුවන් මේ අටු කොස්, අවශ්‍ය වෙලාවට කිරට මිරිසට හදල රසවත් ව්‍යංජනයක් විදිහට පාවිච්චි කළා. ඒ වගේම පැණි දාල තෙලේ බැදල අරගෙන පැණි රස කෑමක් විදිහටත් තේ කහට බොන්න පාවිච්චි කළා. එදා අපේ ගම්මු ගස් යට වැටිල තිබ්ච්ච කොස් ඇට අහුලල වැලි යට දාල මාස කිහිපයකින් වැලි කොස් ඇට කියල ඉතා ප්‍රණීත ගුණදායක ආහාරයක් විදිහට පාවිච්චි කළා. නිකං ගස් යට වැටිල තියෙන නිසා අමතර වියදමක් ගියෙත් නෑ. කිසි වස විසක් නෑ. අද ඉන්න අය මේවායේ වටිනාකම දන්නෙ නෑ. ඒ නිසා තමන්ගෙ වත්ත පිටියෙන් නිකං ලැබෙන මේ වගේ පෝෂ්‍යදායී වස විස නැති ආහාර අමතක කරල, හතර අතේ ණය

වෙලා සුපිරි ආහාර වර්ග කියල වස විසම උස්සගෙන එනවා.

ඒ වගේම එදා අපේ පැරැන්නො රෑ බත් මුට්ටිය උයල ඉතිරිවෙන හීල් බත් ටික අද වගේ පිළුනු බත් කියල විසි කළේ නෑ. ඒකට පහුවදා උදේ පොල්කිරි, කොච්චි මිරිස්, රතු ළූණු... ආදිය දාල රසවත් ගුණවත් ආහාරයක් විදිහට දියබත් කියල පාවිච්චි කළා. විශේෂයෙන් කළු හීනටි, නිවුඩු හාල් වගේ පැරණි හාල්වලින් හදන මේ දියබත් ඉතා ඉහල ඖෂධීය ගුණයකින් යුක්තයි.

මේ දියබත් හදන්න දවල් හෝ රෑ ඉතිරි වෙන බත් ටික ගන්න පුළුවන්. ඒ ටික මැටි ඇතිලියක දාල බත් ටික වැහෙන්න තරමට පිරිසිදු වතුර දාල වහල තියනවා. පහුවදා උදේ බතට උරා නොගත්ත වැඩිපුර වතුර තිබුනොත්, ඒ ටික පෙරල ඉවත් කරල තෙත බත් ටික අරගෙන ඒකට හීනියට කපා ගත්තු රතු ළූණු, අමු මිරිස් සහ උකු පොල් කිරි ටිකක් දානවා. අවශ්‍ය ප්‍රමාණයට දෙහි ඇඹුල් ටිකක්, ලුණු ටිකක් දානවා. තවත් සමහරු රස ගුණ වැඩි කරන්න සුදු ළූණු, ගම්මිරිස් කුඩු, කරපිංච කැලි ටිකකුත් එකතු කරනවා. මේ විදිහට හදන දියබත අම්ල පිත්ත ප්‍රදාහයට අත්දුටු ඖෂධීය ආහාරයක්. ශරීරගත වස විස නැසීමේ බලයෙන් යුක්තයි. තුන් දොස් සමනය කරනවා. ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය ක්‍රමවත් කරල ආහාර දිරවීම පහසු කරනවා. මල බද්ධය දුරු කරනවා. ඒ වගේම දියවැඩියාව, අධි රුධිර පීඩනය සහ හදවත් රෝගවලින් පෙළෙන අයටත් පාසල් දරුවන්ටත් හොඳ උදෑසන ආහාරයක්.

ඊළඟට එළවළු වර්ග ගත්තොත්, විශේෂයෙන් වියළි කලාපයේ දකින්න තියෙන කෝවක්කා, තිත්ත කැකිරි බොහොම ගුණයි. ඊළඟට දියලබු, වැටකොළු, පතෝල, කැකිරි, පුහුල් වගේ දිය එළවළු ජාති දැන් ඉන්න අය කන්න කැමති නෑ. ලැජ්ජයි. ඒ වෙනුවට කැරට්, බීට්, ලීක්ස්, ගෝවා තමයි ලොකු වියදමක් දරල ලොකුවට උස්සගෙන ඇවිත් කන්නෙ. අද ඒක විලාසිතාවක් කරගෙන. නමුත් ඒක මොන තරම් මෝඩකමක්ද?

මේ වගේ එළවළු අපේ රටට ඇවිත් අවුරුදු 150 කට වැඩිය නෑ. බටහිර ජාතීන් ඒවා හඳුන්වා දෙන්න පෙර අපේ පැරැන්නො ඕව කෑවෙ නෑ. නමුත් අද වෙළඳපොළට ගිහින් වැඩිපුරම ඉල්ලන්නෙත් ඒවමයි. වෙළඳපොලේ තැනක් තියෙන්නෙත් ඒ ජාතියේ ඒවටමයි. හැබැයි වැඩිපුරම වස විස තියෙන්නෙත් මේ කියන එළවළුවල. එයිනුත් ගෝවවල තමයි වැඩිම. මේ ළඟදි කෙනෙක් ගෝව ගෙඩියකට උණු වතුර වත් කරල පිට කොළය ප්ලාස්ටික් වගේ ඝන බවට පත්වෙච්ච අවස්ථාවක් අන්තර්ජාලයේ දකින්න තිබුනා. ඒ තිබුනෙ අර වස විස උණු වෙලා ඝනීභවනය වෙලා හැදිච්ච එක්තරා අවස්ථාවක්. ඊළඟට ලීක්ස්. ඒ වගේම අර්තාපල්. දවස ගානෙ මේවට රසායනික තෙල් බේත් ගහනවා. කෘෂි විද්‍යාව සම්බන්ධ එක්තරා කථිකාචාර්යවරයෙක් මේ වගේ ගොවිපොළකට ගිහින් පරීක්ෂා කරල බලලම කියල තිබුනා, අර්තාපල්වලට විතරක් 12 වතාවක් මේ රසායනික තෙල් බේත් ගහනව කියල. ඉතින් අපේ මිනිස්සු ඕව දන්නෙ නෑ. වැඩිපුරම උඩරට වගා කරන මාංශ එළවළුවල තමයි මේ වස විස වැඩිම. මොකද වාණිජ මට්ටමින් වගා කරන නිසා මහා පරිමාණයෙන් තෙල් බේත් ගහනවා.

ඉතින් මේ වගේ එළවළු නොකෑවයි කියල මැරෙනවද? මෙච්චර ගස් කොළන් ගෙඩි තියෙන රටේ, ගොඩ මඩ දෙකේම කන්න දේවල් වැවෙන රටේ, වස විස ගහපු සුපිරි එළවළුම තියෙන තරමක් උස්සගෙන එනවා. ඒ වගේම ඉස්පිරිතාලෙ ඉන්න ලෙඩා බලන්න හදාගෙන යන සුප් එකට දාන්නෙත් ගෝව කැලියි, අල කැලියි, කැරට් කැලියි. තව වැඩිමනත් කියල කෘතිම රසකාරකවලින් හදපු සුප් කැටයකුත් දානවා. ඉතින් ලෙඩා ඉතුරු වෙයිද? මෙච්චර කන්න දේවල් තියෙද්දි කන්නෙම වස.

ඊළඟට **මඤ්ඤොක්ක කොළ කියන්නෙත් ඉහල ඖෂධීය ගුණයක් තියෙන ආහාරයක්.** නමුත් අද මඤ්ඤොක්ක අල ටික ගලවගෙන කොළ ටික විසි කරනවා. ඒවායේ තියෙන වටිනාකම දන්නෙ නෑ. නමුත් මේ මඤ්ඤොක්ක කොළවල ප්‍රධාන ස්වාභාවික රසායන කිහිපයක් අඩංගුයි. ශරීරයේ රුධිර පීඩනය ප්‍රශස්ත මට්ටමක පවත්වාගෙන යන්න ඒවා දායක වෙනවා. ඒ වගේම කොලෙස්ටරෝල්, දියවැඩියාව පාලනය කරනවා. පිළිකා නාශක ගුණයෙන් යුක්තයි. වයසට යනකොට ඇතිවෙන අමතක වීම්, මානසික ආතතිය අඩු කරනවා. ඉතින් මේ මඤ්ඤොක්ක කොළ මැල්ලුමක් විදිහට බොහොම පහසුවෙන් හදාගන්න පුළුවන්. වියදමක් යන්නෙත් නෑ. කොළ ටික සාමාන්‍ය ගානට කොටාගෙන පොල්, රතු ළූණු, කොච්චි... ආදී සාමාන්‍ය මැල්ලුමකට දාන තුනපහ එකතු කරල මැල්ලුමක් විදිහට හෝ අවශ්‍ය නම් පිරිසිදු පොල්තෙල් ටිකක් එකතු කරල තෙම්පරාදු කරල ගන්නත් පුළුවන්. මේ මඤ්ඤොක්ක කොළ මැල්ලුම සතියට දවස් 2 - 3 ක්වත් කනව නම් බොහොම හොඳයි.

ඊළඟට මුරුංග කොළත් බොහොම ගුණදායකයි. ශරීරයේ තියෙන විස මරන්න පුළුවන් ශක්තියක් තියෙනවා. ඉස්සර මිනිස්සු මුරුංග කොළ බැදල කෑවා. ව්‍යංජන විදිහට හදල කෑවා. කුඩු කරල ආහාරවලට දාල කෑවා. දැන් වුනත් මුරුංග කොළ වේළල කුඩු කරල ඇසුරුම් කරල දිනපතා ව්‍යංජනවලට ටික ටික එකතු කරනව නම් බොහොම හොඳ ඖෂධයක්.

ඒ වගේම තලවල පෝෂණය අධිකයි. රෝග නිවාරණය කිරීමේ විශේෂ හැකියාවක් තියෙනවා. විශේෂයෙන් ආමාශයට, වකුගඩුවලට, අක්මාවට ඉතා ගුණයි. ඉහල ප්‍රතිඔක්සිකාරක ගුණය නිසා පිළිකා හැදීමේ අවදානමත් අඩු කරනවා. ඒ වගේම හන්දි රෝග, නහරගත රෝග, මානසික ආතතිය කොලෙස්ටරෝල්, මලබද්ධය, පීනස, ඇස් පෙනීමේ දුර්වලතා, ස්නායු ආබාධ... ආදී බොහොමයක් රෝගවලට ගුණදායකයි. ඉතින් මේ තල ව්‍යංජන, හොදි... ආදී වශයෙන් විවිධාකාරයෙන් හදල ආහාරයට ගන්න පුළුවන්.

ඊළඟට කෙසෙල් බඩ. අද ඉන්න අය කෙසෙල් බඩ කනවයි කිව්වොත් ඒක මදි පුංචිකමක් විදිහට සළකන්නෙ. කෙහෙල් ගහේ කැන විතරක් කපාගෙන කඳ විසි කරනවා. නමුත් මේ කෙසෙල් බඩ කියන්නෙ ලෙඩ රෝග බොහොමයකට අනර්ඝ ඖෂධයක්. දියවැඩියාව, අධිරුධිර පීඩනය, අධික තරබාරු බව, මුත්‍ර අමාරු, කෙන්ඩා පෙරළීම, මලබද්ධය, අම්ල පිත්ත ප්‍රදාහය... ආදී රෝග රැසකට හොඳ ඖෂධයක්. ශරීරය පිරිසිදු කිරීමේ විශේෂ ගුණයක් තියෙනවා. ඒ වගේම අධික ආම්ලිකතාවය සහ උෂ්ණය දුරු කරල ශරීරය සිසිල් කරනවා.

කෙසෙල් බඩය කොටල ඉස්ම අරගෙන එළකිරිත් එක්ක රත් කරල, හොඳට නිවුනට පස්සෙ මී පැණි හෝ තල් සූකිරි ටිකක් දාල උදේ හිස් බඩට බොන්න ගත්තම ලේ නහරවල හිර වෙලා තියෙන අමතර තෙල් කොටස් අපද්‍රව්‍ය ඉවත් වෙලා යනවා.

පිටරවල පවා අද වෙනකොට සුපිරිම ගණයේ ස්වභාවික ආහාරයක් විදිහට කෙසෙල් බඩ හඳුනගෙන තියෙනවා. මාළුවක්, බැදුමක්, සලාදයක්... මේ ආදී වශයෙන් ඕනම විදිහකට හදාගන්නත් පුළුවන්. ඉතින් කෙසෙල් පැළයක් හදාගන්න එච්චර අමාරු නෑ. මොකද හදන්න මහ ලොකු කාලයක්, ශ්‍රමයක්, වියදමක් යන්නෙ නෑ. ඉස්සර මිනිස්සු කෙහෙල් කැන කපල ඊළඟට බඩය තමයි දිව ඔසුවක් විදිහට පාවිච්චි කළේ. ඒ වගේම තමයි කෙසෙල් ලෙල්ල. විශේෂයෙන් අළු කෙසෙල් ලෙලි. ඉස්සර මිනිස්සු අළු කෙසෙල් උයනකොට ලෙල්ල වෙනම රැහැල අරගෙන තම්බල කොච්චි, රතු ළූණු... ආදිය දාල වෙනම සම්බෝලයක්, ව්‍යංජනයක් විදිහට ආහාරයට ගත්තා. එහෙම නැත්නම් බැදුමක් විදිහට හදාගත්තා.

ලාවුළු කියන්නෙ ඉස්සර අපේ ගම්වල හැමතැනම වගේ බහුලව තිබිච්ච බොහොම පහසුවෙන් හැදෙන පළතුරක්. විටමින් බී සහ ඉහල ප්‍රතිඔක්සිකාරකතාවයෙන් යුක්ත අමු ලාවුළු එදා ගම්මු පරිප්පු වගේ ව්‍යංජනයක් විදිහටත් හදල කෑවා. නමුත් කාලයාගේ ඇවෑමෙන් මේ ලාවුළු කියන අගනා ඖෂධීය ආහාරය අපෙන් ඈත් වුනා.

ඊළඟට ඉස්සර මිනිස්සු කැලේ සුලභව හැදෙන කැරම්කොකු කියන මීවණ වර්ගයේ පැළෑටිය ආහාරයට ගත්තා. මේවා අද නම් උද්‍යාන අලංකාරයට කියල පෝච්චිවල හිටවල ලස්සනට තියනව මිසක් ඖෂධීය ගුණයක් ගැන දන්නෙ නෑ. නමුත් මේවායේ ඖෂධීය ගුණය ඉතා ඉහලයි. කිරට හෝ තෙලට හෝ හදන්න පුළුවන් මේ ඖෂධීය දල්ල හන්දිපත් අමාරුවලට, පණු අමාරුවලට, ඇදුම, හතිය වගේම දියවැඩියාවටත් ගුණදායකයි. ළපටි දළුවල තන්තු බහුල නිසා මලබද්ධයටත් හොඳයි.

ඒ වගේම තමයි අද තියෙන මුහුණු පොත්, යූ-ටියුබ්, වයිබර්... ආදී තාක්‍ෂණික ක්‍රම දිහා බැලුවම, හොඳ වගේම ඕනම බොරුවක් සමාජගත කරන්නත් පහසුවෙන් පුළුවන්. ඒවා මිනිස්සු අතරට හරි ඉක්මනට යනව විතරක් නෙවෙයි, බොහොම පහසුවෙන් ඒවා විස්වාස කරන්නත් පෙළඹෙනවා. දැන් මේ මෑත කාලයේ එක්තරා වෛද්‍යවරයෙක් කාමරංක ගැන ඒ වගේ මිත්‍යාවක් වපුරල තිබුනා, කන්න එපා කෑවොත් වකුගඩු ලෙඩ වෙනව කියල. මේ මිත්‍යාව මිනිස්සු අතරට කොච්චර ප්‍රබලව ගියාද කිව්වොත්, සමහරු ඒ කතාව ඉස්මුදුනින් පිළිඅරගෙන මෙච්චර කාලයක් බීම විදිහට හදල, සම්බෝල විදිහට හදල කන එකත් නවත්වල තියෙනවා. නමුත් කැලේ ස්වභාවිකව හැදෙන, වසක් විසක් ගහන්නෙ නැති, ආදි කාලයේ පටන් අපේ මුතුන් මිත්තන් පවා පාවිච්චි කරපු මේ වගේ පළතුරක්, එළවළුවක් එක පාරටම වස වුනේ කොහොමද?





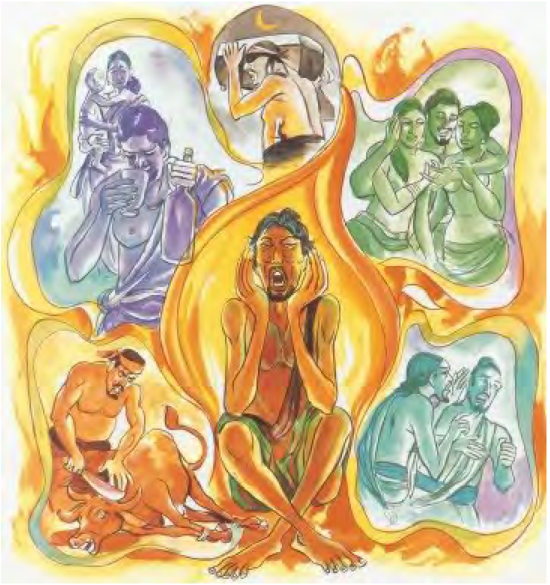

තමන්ට ජනප්‍රිය වෙන්න, ව්‍යාපාර දියුණු කරගන්න ඕන වුනාම සමහරු මේ වගේ මිත්‍යා මත වපුරනවා. නමුත් කියන්නා කෙසේ කීවත් අසන්නා සිහි බුද්ධියෙන් යුතුව ඇසිය යුතුයි. මෙච්චර මේ වස විස ගහල වස විසම කවන රටේ, ඒව ගැන කතා කරන්නෙ නැතිව කැලේ තියෙන කොළ ගෙඩි කෑවම වස වෙනව කියනවා. හැබැයි කාමරංක විතරක් නෙවෙයි, ඇල් වතුර වුනත් ඕනවට වඩා පානය කළොත් ඒක අපත්‍ය වෙනවා. ඒක ඕනම දේක හැටියක්. මේ කතා කරන්නෙ ඒ ගැන නෙවෙයි. වකුගඩු රෝගයෙන් පෙළෙන අයට කාමරංක අගුණ නම්, ඒ කාරණය විශේෂයෙන් පහදල දෙන්නෙ නැතිව ඒක තනිකරම අහිතකර දෙයක් විදිහට හඳුන්වා දීල ඔක්කොටම කන්න එපා කියනවා. වකුගඩු රෝගයට ප්‍රධාන හේතුව අධික කෘෂි රසායන භාවිතය ඇතුළු වස විස කියල ඔප්පු කරල තියෙද්දිත්, ඒ කාරණය වසං කරල, මිනිස්සු ඉඳල හිටල කන කාමරංක ඒකට හේතුව විදිහට උලුප්පන්න හදනවා. ඉතින් මේ වගේ කතාවලට නොරැවටෙන්න තමන් දැනුවත් වෙන්න ඕන.

කාලයක් තිබුනා පොල්තෙල් කන්න එපා, කෑවොත් කොලෙස්ටරෝල්, අධි රුධිර පීඩනය... ආදී හෘදයාබාධ හැදෙනව කියල මතයක්. ඒ මතය සමහර බටහිර වෛද්‍යවරුන් විසින් පතුරවපු නිසා සාමාන්‍ය ජන විඥ්ඥාණයට කිඳා බැහැල තිබුනා. නමුත් අද ඒ මතයම අනිත් පැත්තට හරවල තියෙනවා. ඉතින් පොල්තෙල්වලට බාල ද්‍රව්‍ය එකතු කරල බාල පොල්තෙල් හැදුවම ඒක නම් විස වෙනව තමයි. දැන් සිද්ධ වෙලා තියෙන්නෙ ඒක. පොල්තෙල්වලට විතරක් නෙවෙයි, අනෙක් හැමදේකටමත් ඒක තමයි සිද්ධ වෙලා තියෙන්නෙ. නමුත් පොල් සම්බෝල කියන්නෙ අපේ ජනයා අනාදිමත් කාලයක පටන් අනුභව කරපු ආහාරයක්. කළු හීනටි බතුයි, පොල් සම්බෝලයයි හදා ගත්තම ඒකම ඇති දවසෙම වැඩ කරන්න.

හැබැයි දැන් කඩවල්වල තියෙනව වගේ පොල් ටික මිරිකල ඉතිරි වෙන රොඩ්ඩට වස විස ගහපු මිරිස් ටිකක්, කෘතිම රසකාරක ටිකක් එකතු කරල හදන පොල් සම්බෝල ගැන නෙවෙයි මේ කතා කරන්නෙ. නියම පොල්වලට කොච්චි මිරිස්, පෙට්ටි මිරිස්, ගම්මිරිස් වගේ දේශීය මිරිස් වර්ග එකතු කරල රතු ළූණු, සුදු ළූණු, සියඹලා, දෙහි, අසමෝදගම් කොළ ටිකක්, මිංචි කොළ ටිකක් එහෙම එකතු කරල හදාගත්තු පෝෂ්‍යදායී පොල් සම්බෝලයක් තමයි එදා පැරැන්නො අනුභව කළේ. පොල් කිරි කැඳ කියන්නෙ වස විස නැති ඉතා ඉහල ඖෂධීය ගුණයකින් යුත් කුසගිනි නිවන ආහාරයක්. විශේෂයෙන් පැරණි නිවුඩු හාල්වලින් බත උයල පොල් කිරි, රතු ළූණු, සුදු ළූණු, අබ, දුරු, උලු හාල්, කරපිංච... ආදිය දාල හදන මේ කැඳ බොහොමයක් රෝගවලට ගුණදායකයි.

සටහන

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන



හෙළ බස නොදත් පිංවතුන් සඳහා වෙන්කළ අතිරේක පිටු 4 කි.

Deeds & results (karma & vipäka)

02 *OUR JOURNEY IN SANSÃRA...*

In the previous article we discussed what makes us different to other worldly sentient beings. We asked ourselves what value we give to our human existence (manussa bhawaya), particularly given that it has been an extremely arduous feat to have achieved it. If we truly believe in the fact that given all the odds against us, having been born human is all but a miracle, it is imperative that we put our lives to good use, or even better – noble use!

The subject matter we wish to bring forth through the second article of this series is so vast that we feel to do justice to our readers and the subject matter in question, we ought to dedicate the next few issues towards this, and even that will only be scratching the surface. However a good grounding in this topic will be extremely helpful not only as a base to build further knowledge upon, but more importantly to make the most of valuable human life on our journey in sansära.

The purpose of this article is primarily twofold. Firstly, to provide knowledge, insight and food for thought to our readers, in the hope that they can be mindful of their deeds (karma) and have the foresight and good judgement to cultivate wholesome deeds and avoid unwholesome deeds. A meritorious deed such as giving alms to the Sangha (the Buddhist monastic order), if done with the right intentions, may lead to not only huge material reward in one's lifetime, but also birth in one of the six heavens as a dhëva, possibly with an abundance of (heavenly) food as well as longevity (äyusha), vigor (varna), fortitude (bala) and comfort (sepa). On the other hand, rebuking a member of the Sangha with malicious intent may result in dire consequences such as severe oral disease in one's lifetime and rebirth in one of the hells (niraya) where they may be subject to relentless suffering and torture for many aeons. Thus it should be clear why it is very important to have an understanding of this doctrine so that one may make deliberate efforts to cultivate wholesome deeds and avoid unwholesome deeds.

Secondly, with some understanding of this doctrine, one will develop an appreciation that results (vipäka) experienced now are the fruits of deeds (karma) committed by oneself previously, and therefore should aim to accept both rewards and consequences with equanimity (upekshä) and without protest. For the wise, contemplative reader there is also a third key takeaway which the author wishes to convey; having understood the transient nature of life as an experience which is subject to the deeds & results doctrine, what it is the diligent practitioner of the Lord Buddha's teaching must do. Read on and see if you can figure this out yourself, but do not worry if not, we will discuss this in the following article.

It must be stated right off the bat though that the Lord Buddha Himself has stated that the deeds & results doctrine is only fully apprehensible to a Sammä Sambudhdha - a Fully Enlightened One. In fact there are a number of phenomena including this which are only capable of being fully comprehended by a Sammä Sambudhdha. To the sceptical mind this statement may seem evasive and vague, however if so, it is worth reminding such a reader that we are referring to attributes of a Sammä Sambudhdha, the Perfect One who is unique, peerless, without counterpart, incomparable, unequalled, matchless, unrivalled, the best of humans. To offer a simile, even if a turtle that spends life on land and sea were to describe land to a fish living in the depths of the ocean, no amount of elaboration will enable it to comprehend land in its true nature! That is however not to say that such omniscience is beyond one's reach - quite the contrary; if one is able to fulfil the causes required with diligent effort to the level that is needed to become a Sammä Sambudhdha, he would be endowed with such limitless knowledge and wisdom!

The principle of deeds & results, which is an extension of the cause (hëthu) & effect (pala) doctrine, is one of the fundamental tenets of Buddhist philosophy. The Lord Buddha shows us that it is one's deeds which include thoughts

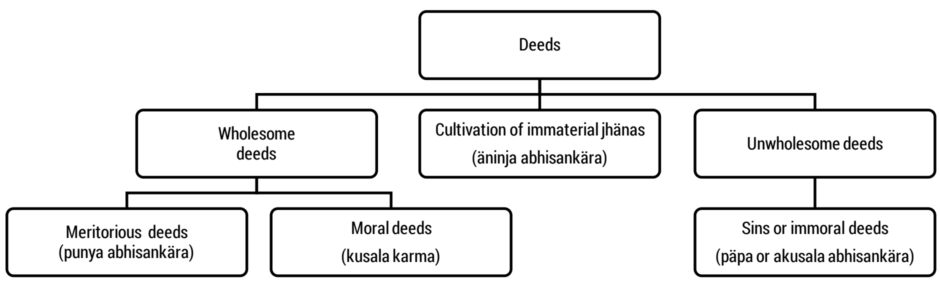
(manö karma), speech (vachï karma) and actions (käya karma) that are the single most powerful and influential factor in determining a being's future state of existence (bhawa) not only in the form of deeds whose results manifest in the same birth (dhitta dhamma vëdanïya karma), but also and usually more noticeably in the next, due to their potential to result in rebirth as a different kind of being. There are simply far too many examples in the Tripitaka quoting the Lord Buddha stating this fact, to quote all of them here, however one of the best is possibly in the popular discourse on the Ten Dhammas (Dhasa Dhamma Süthraya), where he addresses His students, "Monks… Of karma I am constituted; karma is my inheritance; karma is my kinsman; karma is my refuge. Whatever karma I perform, be it good or bad, to that I shall be heir. This must be reflected upon again and again by one who has gone forth [entered the monastic life]".

We will revisit other aspects of the deeds & results doctrine in a subsequent issue. For the rest of this article, in order to achieve the purpose set out at the beginning, we will focus on the more practical elements of this subject so that the reader may gain immediate benefit through their application.

Buddhist philosophy is nothing but practical, however perhaps one of the most practical elements of the Lord Buddha's teaching to the lay and ordained is to cultivate wholesome deeds and abstain from unwholesome deeds. This is one of the key messages in the Dhammapadha verse "Sabbapäpassa akaranam, kusalassa upasampadhä", which translates to "abstain from all immoral deeds and cultivate morality". Unlike the teaching of some of His contemporaries, the Buddha did not base His teaching in activism, but rather in cause & effect, and so He emphasised that it is not necessarily the raw, superficially observable deed which is to be deemed wholesome or unwholesome, but one's intention for conducting oneself in such manner. In the Penetrative discourse (Nibbedhika Pariyäya Süthraya) the Lord Buddha states, in the popular phrase "Chëtanähaṃ, bhikkhave, kammaṃ vadhämi. Chëtayitvä kammaṃ karöthi—käyëna vächäya manasä." which translates to "Intention, I tell you, is karma. Intending, one does karma by way of body, speech, and mind." This is an important point to understand as it is the single most significant factor in determining the result (vipäka) of a given deed, and that two deeds which appear identical to the observer if performed with different intentions can give rise to different results.

Take for instance a situation in which a man is seen to be screaming in pain at the hands of another holding a knife. The person inflicting pain could be attempting murder which would be a grievous sin, or a surgeon performing an operation on a patient as treatment, which would be a meritorious deed. Only the person holding the knife would be entirely knowledgeable of their intention, as whilst it may seem farfetched, it is not entirely impossible for the surgeon to be attempting murder under the guise of performing an operation. Thus it should be clear from this that the moral qualifier in a given deed is not the externally observable action or speech, but rather one's intention. This being the case, an important takeaway here is that unless one has developed the ability to read another's mind (para chiththa vijäna gnänaya), it is virtually impossible to judge their intentions or character and people who attempt to do so often find that they are mistaken further down the line.

Based on intention, deeds (karma) which have the potential to produce results (vipäka) are threefold, namely; wholesome, unwholesome and deeds cultivated to achieve immaterial jhänas (arüpävachara dhyäna)" – deep meditative states which enable one to be born in the immaterial plane (arüpävachara bhümi). Most of these deeds also have the potential to result in rebirth and are called abhisankära. The Päli qualifier "abhisankära" can be loosely interpreted as "deeds which have the potential to generate or reproduce". These deeds are referred to as "punya abhisankhära", "apunya abhisankära" and "äninja abhisankära" respectively. In a future issue we will look at the abhisankära dhammas in more detail. For the purpose of this article it is sufficient to understand that all three types of deeds have the potential to bring to fruition results in this birth, a future birth or both. Let us first look at meritorious deeds and immoral deeds as this is what the vast majority of our readers will have experienced, unless one has experience of attaining the immaterial jhänas or at least one of the noble fruits (ärya phala). This categorisation can be represented as follows:



The reason we are making particular reference to the Päli or Sinhala (or a combination) terms here is because their etymology (padha nirukthi) helps us distinguish between the various types by deriving the meaning contained within the terms themselves. The purpose of employing etymology in the study of Buddhist philosophy is to draw out underlying meanings of terms used which are not only relevant to the context but is also in keeping with the spirit of the Dhamma. The method to

derive such meanings is a special knowledge which is only ever fully endowed upon the Perfect One but is also generally endowed upon an Äryan (the Lord Buddha's disciples) to a lesser extent and comes naturally with one's gradual understanding of the Dhamma. Multiple meanings can usually be derived from the same term, therefore when drawing out meanings, one should be careful to gauge if they are qualified to do so in terms of their level of understanding of the Dhamma. In a future issue we will discuss this method in more detail with further examples. However for now as the author has utilised this technique below, the above should provide some understanding to someone who is new to this phenomenon.

Meritorious deeds (punya karma) and sins (päpa karma)

Performing meritorious deeds helps one accumulate merits (pin). Merits are the currency which offers a being the potential to be born in the blissful plane (sugathi) as a human, deva or brahma. Sins (päpa) also called immoral deeds have the opposite effect i.e. the potential to result in rebirth in the woeful plane (dugathi). Merits are also essential for a being to be rewarded with a healthy, comfortable life whereas sins have the potential for preventing good fortune coming one's way and attracting physical or psychological pain and discomfort, in whichever existence a being may be born i.e. in the blissful or woeful planes.

As most of our readers will be aware, merit, translated into Sinhala is "පින" (pronounced "pina"), which is derived from the Sinhala word "පින් වීම" (pronounced "pinavïma") and has the literal meaning "to make happy". As is evident from the above description and examples below, this is the general aim behind accumulating merits. In the Sumanä sutra, in a conversation with a princess named Sumanä, the princess says "Bhante! Truly, one has good reason to give alms and do meritorious deeds, since they will be helpful if one becomes a deva, again becomes a human being, or goes forth [i.e. makes effort to become enlightened]." to which the Lord Buddha replies, "So it is, Sumanā! So it is, Sumanā! Truly, one has good reason to give alms and do meritorious deeds, since they will be helpful if one becomes a deva, again becomes a human being, or goes forth."

An important point that is clearly evident in the above conversation is that the Buddha states that merits are helpful even to someone who wishes to attain Nibbäna. Be it as an ordained or lay person if one understands the unfruitful, worthless nature of sansära and makes the determination to cultivate virtue (sïla), concentration (samädhi) and wisdom (paññä) in the hope of attaining Nibbäna, the presence of the basic physical necessities such as food, clothing, shelter and medication (collectively known as siwpasaya) as well as mental and physical wellbeing will be hugely conducive to their goal. Without previously accumulated merits none of these will become easily available and therefore one's practice can become difficult and exhausting.

There is a common misconception that merits prolong one's journey in sansära. To briefly clarify this point, it is not merits but the presence of ignorance (avidyä) and attachment (thanhä) which prolong one's sansäric journey. This is the ignorance of the Four Noble Truths and consequently attachment to worldly existence. A meritorious deed may be accomplished with or without being based in ignorance and attachment, and the quality of the merits acquired as a result will vary accordingly. In the Mä Punnyabhäyi sutra the Lord Buddha states "Mä, bhikkhave, puññānaṃ bhäyittha. Sukhasse-thaṃ, bhikkhave, adhivachanaṃ yadhidhaṃ puññäni.", "Monks, do not fear merit. Merit is but another name for comfort." Rather than introduce a further level of complexity here, we will cover the detail behind ignorance and attachment in a future issue; however for now it would suffice for the reader to bear in mind that when a meritorious deed is tainted by defilements, the resultant merits have less potency than when they are untainted; void of ignorance and attachment.

The ten meritorious deeds are listed below. In a future issue we will detail each of the below.

1. Giving (dhäna)
2. Observing virtue (sïla)
3. Meditation (bhävanä)
4. Preaching dhamma (dhamma dheshanä)
5. Listening to dhamma (dhamma savana)
6. Conferring merits (paththidhäna)
7. Rejoicing in others' merits (paththänumödhanä)
8. Attending to the needs of a religious place and contributing to its upkeep (veyyävachcha)
9. Reverence to those who deserve it such as elders and people who lead holy lives (apachäyana)
10. Coming to the right view on the doctrine of deeds and results (dhittijjukamma)

Merits are the reward for conducting one's thoughts, speech and actions with good intention to fulfil one or more of the ten meritorious deeds the Lord Buddha laid out. Therefore one must make every reasonable effort to perform as many meritorious deeds as possible so that one can live a comfortable life in this birth and in future, but perhaps more importantly as described above, merits also help create an environment conducive to someone who wishes to fulfil the path to Nibbäna.

Sins can be translated into Sinhala as "පින" (pronounced "päpa"). The etymology of this word is "පා" (pronounced "pa"), which draws meaning from the word "පහත්" (pronounced "pahath"), meaning "lowly" + "අපා" (pronounced "äpa"), meaning "to bind". Therefore the meaning conveyed in the

context is "deeds which bind beings to a lowly existence. The essence of this is that sins are deeds whch have the potential to give birth in the woeful planes as well as bring pain and suffering. This is why the Lord Buddha states in His final words of advice to all beings, "Sabbapäpassa akaranam" meaning abstain from all immoral deeds. In a future issue we will describe the state of beings in the woeful plane in elaborate detail so our readers can appreciate the gravity of the Lord Buddha's admonition.

All sins are rooted in at least one of the mental defilements and at most two. Some sins are rooted in delusion only, others in either greed (löbha) or aversion and accompanied by delusion (möha). As greed and aversion are polar-opposite characteristics they do not function together. Note the distinction between the roots greed (löbha) in the case of sins are non-greed (alöbha) in the case of meritorious deeds. The etymology of the Sinhala term "ලෝභ" (pronounced löbha) is "ලෝ" (pronounced "lö") which draws meaning from the word "ලෝකය" (pronounced "lökaya"), meaning "the world" + "අබ්බ" (pronounced "abbha"), meaning "to holdfast". Therefore the meaning conveyed in the context is "to have a firm grip on the world or one's sphere of existence".

It is reasonable to expect that someone who has a firm grip on the world they live in based on the false view that happiness and fulfilment can be sought from continued existence will make every effort to build and sustain this. In this context one's world includes any beings, objects or occurrences they are attached to based on the distorted view that happiness and fulfilment can be gained from them. It is likely they will strive to make every profit they can, draw out every ounce of value possible and even be inclined to commit heinous sins in the hope of achieving this objective by hook or by crook. Unfortunately with no understanding of the true nature of all conditioned things in this world, this distorted mentality drives them to commit various sins through thought, speech and action and with each defiling deed accumulates karma which can only result in pain and suffering in the present birth, future birth or both.

The ten sins are listed below. In a future issue we will detail each of the below.

1. Covetousness; greed combined with an undesirous attitude of others benefitting (abhijjä)
2. Hatred (vyäphäda)
3. Wrong views (michchä dhitti)
4. Lying (musävädha)
5. Slandering (pisunävächa)
6. Harsh speech (parushävächa)
7. Frivolous speech (sampappaläpa)
8. Killing (pänäthipäthä)
9. Theft (adhinnädhänä)
10. Inappropriate indulgence in sensual pleasures (kämësu michchächärä)

It is important to note that the manifestation of rewards as payback for merits and the consequences for sins performed by someone are not mutually exclusive. For example, a meritorious deed if recalled at the moment of death (chuthi) may enable a being to be born human, however their sins may result in that person being born handicapped, not being able to find food or shelter etc. Conversely if a sin is recalled resulting in the being born an animal, for instance a dog, previously acquired merits may result in it being rewarded with food, shelter, a caring owner etc.

In the second part of this article we will look at moral deeds, as well as continue a couple of threads which we have only briefly touched on here.

To be continued…

Written by
Ven. Battaramulle Amadassana Thero
info@dharmayaiobai.org

හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ 75 වන කලාපය සඳහා ශ්‍රමය හා මූල්‍යමය දායකත්වය සැපයූ පිංවතුන්

ශ්‍රම දායකත්වය

■ ධම්මික සේනාධීර මහතා - හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලබේ ■ චන්දන සිරිවර්ධන මහතා - අලපලාදෙනිය ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා - නුගේගොඩ ■ අමිත් සමරනායක මහතා - බෙල්ලන්තර ■ සඳරුවන් පෙරේරා මහතා - මොරටුව ■ ඩබ්. ඒ. තිළිණවතී මහත්මිය - කඩවත ■ ෆික්රි ඉස්මයිල් මහතා - ගොතටුව ■ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා මහතා - පානදුර ■ තුසිත මංගල මහතා - පාදුක්ක ■ රත්න පෙරේරා මහතා - කැස්බෑව ■ ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය - පිටකෝට්ටේ ■ ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ අධිපතිතුමා ඇතුළු කාර්ය මණ්ඩලය ■ නන් අයුරින් දායක වූ පින්වතුන්

මූල්‍යමය දායකත්වය

■ ධර්මයයි ඔබයි පුණ්‍ය භාරය - රු. 44,250/- ■ තේමික ලියනගේ පුතා, ලිතුලි ලියනගේ දුව, තිසුරි ලියනගේ දුව, ඔල්ගා ලියනගේ මහත්මිය, දිනේෂ ලියනගේ මහතා - මහර - රු. 43,788/- ■ ආසිරි වනිගරත්න මහතා සහ දීපිකා සන්දනායක මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - මහරගම - රු. 25,000/- ■ තුසිත නාකන්දල මහතා, සරූපා නාකන්දල මහත්මිය, දෙව්න්යා දුව - ගල්කිස්ස - රු. 20,000/- ■ එම්. එස්. කළුබෝවිල මහතා - මාලබේ - රු. 15,000/- ■ චතුර හිඳුරංගලගේ මහතා, නදීරා අරම්පොල මහත්මිය, තනුරි හිඳුරංගලගේ සහ සනුරි හිඳුරංගලගේ දියණියන් - නුගේගොඩ - රු. 10,000/- ■ සමන් සිල්වා මහතා - කළුතර - රු. 10,000/- ■ රුවිනි කරවිට මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - රාජගිරිය - රු. 9,190/- ■ වෛද්‍ය තාරක රත්නායක මහතා සහ ලසන්ති රත්නායක මහත්මිය - නුගේගොඩ රු. 6,000/- ■ අමිත් හඳුගොඩ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අත්තිඩිය - රු. 5,000/- ■ ගයාන් පුෂ්පික ඉන්ද්‍රජිත් ලොකුමාන්න මහතා, හිරෝෂානි ලොකුමාන්න මහත්මිය, සෙනුත් ලොකුමාන්න පුතා, කෙනුලි ලොකුමාන්න දුව - ගල්කිස්ස - රු. 5,000/- ■ සොනාලි සමරදිවාකර මෙනවිය - මහරගම - රු. 5,000/- ■ අමිල සල්ගාදු මහතා, ජයන්ත සල්ගාදු මහතා සහ කාන්ති ඒකනායක මහත්මිය - බෝමිරිය - රු. 5,000/- ■ මෙරිල් ඩයස් මහතා, ඩිලානි ඩයස් මහත්මිය, ශවින්ද්‍රි ඩයස් සහ ප්‍රශානි ඩයස් යන දියණියන් - නාවින්න - රු. 5,000/- ■ ස්වර්ණා පණ්ඩුල මහත්මිය - බත්තරමුල්ල - රු. 5,000/- ■ විජිනි කුලතුංග මෙනවිය - මිරිහාන - රු. 5,000/- ■ ලක්ෂමන් සෙනෙවිරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - මහියංගනය - රු. 4,000/- ■ නුවන් කන්නංගර, විරංග්‍යා සෙනෙවිරත්න, ප්‍රිමති විජේරත්න යන මහත්ම මහත්මීන් - මහනුවර - රු. 4,000/- ■ සුජාන් කරස්නාගොඩ මහතා සහ තිලූෂි දිසානායක මහත්මිය - ඕස්ට්‍රේලියාව - රු. 3,000/- ■ කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගි වන පින්වතුන් - රු. 3,000/- ■ ජනක හපුආරච්චි මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ගිනිගත්හේන - රු. 3,000/- ■ කේ. එම්. සමන්ත ප්‍රදීප් මහතා - කඹුරුගමුව, මාතර - රු. 3,000/- ■ නිශාන්ති ද සිල්වා මහත්මිය - රු. 3,000/- ■ දේශිකා වික්‍රමසිංහ මෙනවිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කොළඹ - රු. 3000/- ■ ටී. ටී. පී. සිල්වා මහත්මිය - නාගොඩ කළුතර - රු. 2,500/- ■ ඩී. ඩී. විතාරණගේ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - නුගේගොඩ - රු. 2,500/- ■ තරංග රවීන්ද්‍ර මහතා - මහබුත්ගමුව - රු. 2,095/- ■ ගුණපාල ඉද්දගොඩ මහතා - විජේරාම - රු. 2,000/- ■ නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනට සහභාගී වන පින්වතුන් - රු. 2,000/- ■ ඔස්ටින් ප්‍රනාන්දු මහතා සහ සිසිර සිරිවර්ධන මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - පොල්ගහවෙල - රු. 2,000/- ■ පී. රුවීනා දීපානි මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - පිටකෝට්ටේ - රු. 2,000/- ■ නුවන් යාපා අමරසේකර මහතා සහ චරිතා කුමාරි හෙට්ටිආරච්චි මහත්මිය - රදාවාන - රු. 2,000/- ■ ආශා ඉලේපෙරුම මහත්මිය - බත්තරමුල්ල - රු. 2,000/- ■ කේ. ඒ. තුෂාන්ත මහතා - මාලබේ - රු. 2,000/- ■ කුවේර අනූන කරවිට මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - රාජගිරිය - රු. 2,000/- ■ ඉසුරු ගාල්ලගේ මහතා සහ මේනකා ශාන්තිනී මහත්මිය - කඩවත - රු. 2,000/- ■ ඩබ්. ඩී. පද්මලතා මහත්මිය - වේයන්ගොඩ - රු. 2,000/- ■ අසංකා මානෙල් දෙව්පුර මහත්මිය - කුරුණෑගල - රු. 2,000/- ■ එච්. එන්. ජී. වයි. නාඳුගල මහතා - රු. 2,000/- ■ ජේ. කේ. සිසිර කුමාර සමරදිවාකර මහතා ඇතුළු පිරිස - එල්ලක්කල - රු. 1,950/- ■ දුමිඳු සුමනසේකර මහතා - මහනුවර - රු. 1,835/- ■ ඩබ්. චන්ද්‍රරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - පාදුක්ක - රු. 1,500/- ■ පූජ්‍ය වලපනේ සාසනරතන හිමි - රු. 1,500/- ■ කුමාරි විජේකෝන් මහත්මිය - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,500/- ■ අයිරාංගනී තිලකරත්න මහත්මිය - නාවල - රු. 1,500/- ■ ශ්‍යාමල් බණ්ඩාර මහතා - කුරුණෑගල - රු. 1,000/- ■ එරංග ලියනගේ මහතා සහ බිසන්තිකා ගුණසේකර මහත්මිය - කළුබෝවිල - රු. 1,000/- ■ චතුරිකා ගුණරත්න මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - ගොතටුව - රු. 1,000/- ■ රේණුකා ගුණරත්න මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - ගොතටුව - රු. 1,000/- ■ ක්‍රිෂාන්ත ප්‍රියමධු මහතා - කළුබෝවිල - රු. 1,000/- ■ ගාමිණී ලියනගේ මහතා සහ නයෝමි තරංගා ලියනගේ මෙනවිය - නැදිමාල - රු. 1,000/- ■ සී. එම්. පී. සී. ලක්රුවන් මහතා - කළුතර - රු. 1,000/- ■ ඒ. ධර්මපාල මහතා - එල්ලක්කල - රු. 1,000/- ■ මෝක්ෂර තිලකසිරි පුතා - බැලුම්මහර - රු. 1,000/- ■ සමෘද්ධි තිලකසිරි පුතා - බැලුම්මහර - රු. 1,000/- ■ එල්. ඒ. කේ. ද සිල්වා මහතා - කිරුලපන - රු. 1,000/- ■ නිලූකා වෙල්ගම මහත්මිය ඇතුළු පවුලේ සැම - කඳාන - රු. 1,000/- ■ පද්මිණී සේනානායක මහත්මිය - කළගෙඩිහේන - රු. 1,000/- ■ මාලිනී සිරිමාන්න මහත්මිය - රදාවාන - රු. 1,000/- ■ ප්‍රේමා ගීකියනගේ මහත්මිය - හොරණ - රු. 1,000/- ■ සෝමා වික්‍රමසිංහ මහත්මිය - යක්කල - රු. 1,000/- ■ එස්. එස්. වික්‍රමරත්න මහතා - කෑගල්ල - රු. 1,000/- ■ තරංගනී මහත්මිය - තලවතුගොඩ - රු. 1,000/- ■ වෛද්‍ය යෙනිකා නිලන්ති කුමාරි මහත්මිය - එක්සත් රාජධානිය - රු. 1,000/- ■ හේලාන් නාගහගෙදර මහතා - ගනේමුල්ල - රු. 1,000/- ■ චතුරංග බණ්ඩාර මහතා - කළුතර - රු. 1,000/- ■ ශෂී ගයානි, විෂ්මි මිනුකි යන මෙනවියන් - ගනේමුල්ල - රු. 1,000/- ■ රාහුල ඉන්ද්‍රකුමාර මහතා - මිනුවන්ගොඩ - රු. 1,000/- ■ සුරංග දර්ශන මහතා සහ සුරේඛා නිල්මිණි මහත්මිය - සේදවත්ත - රු. 1,000/- ■ ඒ. ඒ. වින්ධ්‍යා නිර්මාණි දුව - රදාවාන - රු. 1,000/- ■ එල්. ජයකොඩි මහතා - මීරිගම - රු. 1,000/- ■ චම්පා ජයකොඩි මහත්මිය - මීරිගම - රු. 1,000/- ■ දුලන්දි දෙව්නෙත්මි ගම්ලත් මෙනවිය - මීරිගම - රු. 1,000/- ■ දුමින්ද ගුණරත්න මහතා - මීරිගම - රු. 1,000/- ■ ඩිලානි නානායක්කාර මහත්මිය - මීරිගම - රු. 1,000/- ■ රසික පී. අතුකෝරාල මහතා - පාදුක්ක - රු. 1,000/- ■ ඒ. ඒ. එන්. අමරසිංහ මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - අවුලේගම - රු. 1,000/- පූජ්‍ය ඉඳුරානේ ඒකාලෝක හිමි, තිස්ස බී. අතාවුද මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - ජා ඇල, එම්. ඩී. තිලකරත්න මහතා ඇතුළු පවුලේ සැම - වැලිපැන්න, චමින්ද ජයරත්න මහතා - මාලබේ, පියුමි නිසංසලා මහත්මිය - කොට්ටාව, නිමාලිකා සඳරුවනි මහත්මිය, නිමල් කරුණාආරච්චි මහතා - මාලබේ, අමරසිරි කැලණිබණ්ඩාර මහතා - දියතලාව, ධම්මිකා හේරත් මහත්මිය - කොච්චිකඩේ, ටී. කේ. තිලකසිංහ මහතා - ගලපිටමඩ, මෙවන්කා සුජානි මෙනෙවිය - මීගොඩ,

රංජිත් වික්‍රමසිංහ මහතා, පද්මාවතී වික්‍රමසිංහ මහත්මිය, සුභාෂිනී දිසානායක මහත්මිය, පද්මා කුමාරි අබේකෝන් මහත්මිය - කඩිගමුව, උපුල් විජේනායක මහතා - මාවනැල්ල, මනෝජ් ජයසූරිය මහතා - මහරගම, දුමින්දා සංජීවනී මහත්මිය - නිට්ටඹුව, කුමාරි ගොඩවිට මහත්මිය - කුරුණෑගල, රසික තුෂාන්ත මහතා - හෝමාගම, චමරි මල්කාන්ති ගුණරත්න මහත්මිය, අජිත් ප්‍රියන්ත මහතා - කෑගල්ල, ඩබ්. ඩබ්. සසිකා දමයන්ති මහත්මිය - පිටකෝට්ටේ, විවිධ පින්වතුන් ලබා දුන් පරිත්‍යාග, එකතුව - රු. 17,245/- එකතු වූ සියලු මුදල් පරිත්‍යාග - රු. 334,353/- ■ පළමු පිටපත් 12,000 සඳහා මුද්‍රණ වියදම රු. 327,240/- ■ අනෙකුත් වියදම් - රු. 19,585/- ■ සම්පූර්ණ වියදම - රු. 346,825/- ■ එක් පිටපතක නිෂ්පාදන වියදම - රු. 28.90/- මුද්‍රණ කටයුතු සඳහා ගිය හිඟ මුදල සඟරා අලෙවියෙන් පියවා ගන්නා ලදී. සඟරා අලෙවියෙන් ලැබෙන ඉතිරි සියලු මුදල් නැවත මුද්‍රණ කටයුතු ඇතුළු දහම් කටයුතු සඳහා යොදවනු ලැබේ.

ඉහත නම් සඳහන් පිංවත් පිරිස ඇතුළු ආධාර උපකාර කළ සියලු දෙනා සිදු කරගත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද හේතු කොටගෙන, අනන්ත සසරේ පටන් මේ දක්වා තම තමන් අතින් අවැඩ, අසාධාරණ, වැරදි, ප්‍රමාද දෝෂවලට ලක් වූ සියලු දෙනාට මෙන්ම උදව් උපකාර කළ සැමටත්, මියගිය සතර වරිගයක ඥාති මිත්‍රාදීන්ටත් මේ පුණ්‍ය කුසල ආශිර්වාද විහිදී පැතිරී පිහිටා සුගතිගාමීව තම තමන්ගේ පැතුම් පරිදි නිර්වාණාවබෝධයටද හේතු වාසනා වේවා! එම ආධාර උපකාර කළ පිංවත් පිරිස් ඇතුළු සිය පවුල්වල සැමටත්, කරන කියන යහපත් රැකී රක්ෂා ව්‍යාපාර ආදියෙන් සියලු ජයග්‍රහණයන් අත් වේවා. දූ දරුවන්ගේ අධ්‍යාපන ආදී කටයුතුවලින් විශිෂ්ඨ ජයග්‍රහණ අත් වී සුචරිත පිරිසක් වී සියලු අභිවෘද්ධිය උදා වේවා!

සියවස් ගණනාවකට පෙර සැඟව ගිය නිමල බොදු මග යළි පුබුදුවමින්,

හෙළ බොදු පියුම දහම් කරුණු ඔබ වෙත රැගෙන එන්නේ, බුදු පියාණන් වහන්සේ අනුදැන වදාළ, අග්ගඤ්ඤ සූත්‍රය, නිරුක්තිපථ සූත්‍රය සහ අරණවිභංග සූත්‍රය යන සූත්‍රාන්තයන්ට අනුව, දහම් පදවල සැඟවුණු දහම් අරුත් මතු කරන පද නිරුක්ති සහ අතීතය, වර්තමානය, අනාගතය හඟවන තුන්කල් නිරුක්ති සහිත ව්‍යවහාර ශබ්ද නිරුක්ති ක්‍රමවේදය අනුව මිස, උන්වහන්සේ අනුමත නොකළ ලිඛිත භාෂා රීති සහිත බමුණන්ගේ ත්‍රිවේද නිරුක්ති මත නොවන බව සලකන්න.

පින්වත් ඔබ වෙනුවෙන් එළි දැක්වූ දහම් ගබඩාවන්...

www.hiddendhamma.net | mp3.hiddendhamma.net | www.helabodhupiyuma.net | www.aaryadharma.org

විද්‍යුත් ලිපිනය: webmaster@helabodhupiyuma.net දු.අ:- 071 3046895 / 036-2267111 / 072 7076688

සැඟවුණු බොදු මග යළි විවර කරමින් වහරක අරිය චින්තාශ්‍රම බෞද්ධ විහාරස්ථානයේ සදහම් වැඩසටහන් පැවැත්වෙන කාල හෝරාවන්:

සෑම පුන් පොහෝ දිනකම සහ සෑම අමාවක පොහොය දිනකම උදෑසන 8.00 සිට සවස 5.00 දක්වා - පෙහෙවත් සමාදානය, දහම් සාකච්ඡා සහ විශේෂ පුණ්‍යානුමෝදනාව. සෑම මසකම 1 වන සහ 3 වන සෙනසුරාදා ආශිර්වාද පූජාව සහ ධර්ම සාකච්ඡාව. 2 වන සහ 4 වන සෙනසුරාදා භාවනා වැඩසටහන්

ගමන් මාර්ගය: නිට්ටඹුව - රුවන්වැල්ල ප්‍රධාන මාර්ගයේ ගෝණගල්දෙනිය හන්දියේ සිට වහරක අතුරු මාර්ගයේ මීටර 350 ක් පමණ දුරින් දකුණු පස.

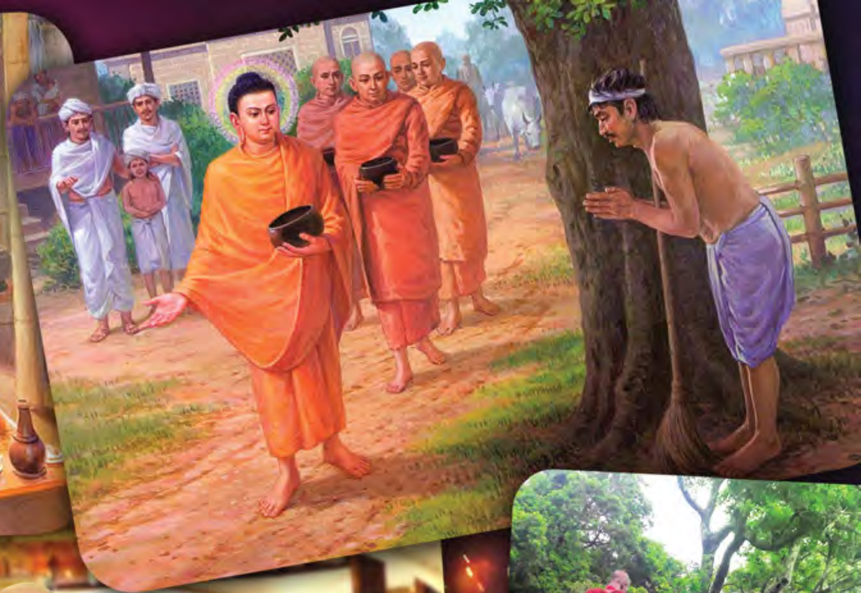
හෙළ බොදු පියුම දහම් සඟරාවේ පසුගිය කලාපයන් ඇතුලු සියලු කලාපයන් දැනට ලබාගත හැකි ස්ථාන:

(1) චන්දුල වෙළඳ විමන, අංක 104, හයිලෙවල් පාර, මහරගම 077 7258851 (2) හසරු ප්‍රින්ටර්ස් - මාලබේ. (071 4220558 / 011 2744308) (3) නිව් පියුමි කොමිනිකේෂන් - පීරිස් මාවත, කළුබෝවිල - 077 3742023 (4) පිනැකල් නෙට් - හයිලෙවල් පාර, ගොඩගම- 011 2895132 (5) අමර බුක් ෂොප් ඇන්ඩ් කොමියුනිකේෂන් - අංක 113/11 ඒ, බණ්ඩාරනායක මාවත, රත්නපුර - 071 2404242, 072 2404242 (6) පෝලර් රීජන්ස් 402 සී, ගාලු පාර, පානදුර 038 2235369 (7) ස ර ස වි පොත්හල - 330/ඒ, ගාලුපාර, අළුත්ගම - 077 3474081 (8) හෙළ බොදු සිසිල සෙනසුන - මුරුතමුරේ, හක්මන - 041 3021878 (9) පත්මසිරි ස්ටෝර්ස් - මුරුතමුරේ (පන්සල අසල) හක්මන - 071 4133487 (10) යාපා ටෙක්ස් (සීබ්‍රා ඇපරල්ස්) - 150, නව ආර්ථික මධ්‍යස්ථානය, කෑගල්ල. - 071 4569500, 035 3222220 (11) සොබා දහම් ගොවිපොළ, සණස, උකුවෙල, මාතලේ 071 8261500 / 066 2245353 (12) දෙහිවල කරගම්පිටිය ශාස්ත්‍රානන්ද පිරිවෙන් විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනින් (සෙනසුරාදා උදේ 8.30 සිට සවස 2.00 දක්වා පමණි) (දෙහිවල පොලිස් ස්ථානය අසල) - 071 8059784, 077 2055098 (13) තුෂාරා ෆැෂන් - හයිලෙවල් පාර, හෝමාගම - 011 2857572 (14) තුෂාරි සාරි සෙන්ටර් - කොළඹ පාර, පාදුක්ක - 076 6114237 (15) ගේට්වේ අධ්‍යාපන ආයතනය - කලේගාන, ගාල්ල - 091 2242610 (16) නිව් මෙට්‍රෝ කම්පියුටර්ස් - කාලිදාස මාවත, මාතර - 041 2225118 (17) සහන ෆාමසි - මුණගම, හොරණ - 071 2608776 (18) මෝලෙ කඩේ - මුදුන, වලස්මුල්ල - 071 1662643 (19) දිලුනෙත් - පාසල් මාවත, කඹුරුපිටිය - 071 9856555 (20) ඒකනායක මන්තින්දාරාමය - ඉහළගම, මහඋඩගම, ගම්පොළ, නුවර - 077 - 541 64 61 / 081 - 020 57572 (21) අරිය චින්තාශ්‍රම හෙළ බොදු සෙනසුන, බාලදක්ෂ මාවත, ගල්කඩවල, අනුරාධපුර - 076 6442125 (22) රුහුණු ෆුඩ් ලයින්, අංක 05, හලාවත පාර, කොච්චිකඩේ - 031 2277726 (23) චන්දන පූජා භාණ්ඩ - 100, බදුල්ල පාර, හාලිඇල - 055 2294999 (24) ශ්‍රී සුදර්ශනාරාමය, මහවෙල, මාතලේ 076-7997638, (25) කුමාර අයන් වර්ක්ස් - 209 ඒ, ගලහිටියාව, ගනේමුල්ල - 076 9604682, 071 3329621 (26) සෙව්වන්දි පොත්හළ, පාසල් මාවත (වැරෙන්කටගොඩ මහා විද්‍යාලය ඉදිරිපිට), වැරෙන්කටගොඩ, අම්පාර 077-4182684 / 077-0844980 (27) නැදිමාල ශ්‍රී සෝමානන්ද විහාරයේ සදහම් වැඩසටහනින් (බදාදා පෙ. ව. 9.00 සිට 3.00 දක්වා පමණි.) 077 2292677 (28) සමනල පොත්හළ - නෙළුව - 071 2837757 (29) රාජපක්ෂ වෙළඳසැල - බැද්දෙගෙදර, මිද්දෙණිය පාර, වීරකැටිය - 07 12136329 (30) සංජීව සුපර් ග්‍රොසරි - ප්‍රධාන වීදිය, බඩල්කුඹුර 075 5863883, 055 2250051 (31) සෙනාරෝ සෙන්ටර් - අංක 35, රාජගිරිය පාර, රාජගිරිය - 075 5569555 (33) Mr. Coffee, කෙලින් වීදිය, දේවාලෙගම (පොල්ගහවෙල පාර) - 071 4569500 / 035 3222220 (34) අමිල ට්‍රේඩර්ස්, අංක ඩී1, ඒ. ඒ. ධර්මසේන මාවත, මහනුවර - 075 7246797 (35) උපාලි පූජා භාණ්ඩ මන්දිරය - හොරණ 077 7722531 (36) ශෛල පබ්බතාරාමය, ගිජිදාගම, පොල්ගහවෙල 071 212 5880 (37) ස්ටුඩියෝ සෙවන් සීරෝ, තවලම හන්දිය, තවලම (ඉන්ධන පිරවුම් හල අසළ) 071 - 5827923 (38) අරි සිතුම් අරණ දහම් මැදුර, දේවගිරිපුර, ගල්ගමුව 071 - 1211876 (39) වාසනා බේකර්ස්, මැදවච්චිය (ඔරලෝසු කණුව ඉදිරිපිට) - 078 - 8506619, 071 - 8375871 (40) වාසනා බේකර්ස්, අංක 29, පළමු හරස්වීදිය, වව්නියාව - 078 - 8506619, 071 - 8375871

තැපෑලෙන් ගෙන්වා ගැනීම සඳහා විමසන්න - ඩී. සී. ආර්. ඇක්සස් මුද්‍රණාලය - අංක 33, තලවතුගොඩ පාර, පිටකෝට්ටේ - 0777794676

ඉහත ආයතන හිමි පින්වතුන් මෙම සද් කාර්ය ඉටු කරනු ලබන්නේ කිසිදු වෙළඳ ලාභයකින් තොරව සාසනික කටයුත්තක් වශයෙන් පමණි.











පර හට පිහිට වෙමු...

පව පින නොදත් සත හට ලොව රඟ හලකී
කිව යුතු ඔවුන් හට යයි බුදු මග වැළකී
නිව නට යත හැකිද අසරණ වන බවකී
භව යෙහි සැරි සැරුම දනු එය මහ දුකකී

ලද මිනිසත් බවෙහි මිල කළ නොහැකි අගේ
විඳ සැනසෙන පිරිස විරලය මෙවැනි යුගේ
වැද දුසිරිතෙහි යන හැම විට වැරදි මගේ
අද මිටු මෙවැනි අය කුමටද වෙසෙනු හැඟේ

යහ ගුණ නොමැති අය නැති හරි හැදියාවක්
දහ මට බුදු බණට නැති හැටි පැහැදීමක්
ගහ කොළ සතා ගැන වුව නැහැ සැළකීමක්
යහ සබැඳියාවට නැහැ නිසි ඇගයීමක්

මිනිසුන් විලස සුහදව ගුණ ගරුක ලෙද
දැහැමින් වෙසෙන අය අප'තර හිඟය අද
හරසුන් දිවි ගෙවති හිරිහැර ගැහැට විඳ
කවුරුන් පිහිට වෙද මොවුනට නුවණ මඳ

එපරිදි වෙසෙනු ඇයි එම අය දුකෙහි වැටී
නිවැරදි මග කියා දෙමු එය පවක හැටී
ගුණ රැඳි පිනැති අය අප රට එමට සිටී
පින මදි මෙවැනි දන දහමට යොමනු වටී

පින් කම් අතර දානය අති උසස් වේ
තණ් හාවට බැඳුන අව ගති දුරස් වේ
දන් පින් භාවනාවට සිත සකස් වේ
ඉන් යහපත පිණිස සිතිවිලි වෙනස් වේ

පබැඳුම - කාව්‍ය ශිරෝමණී පානදුරේ එස්. ඒ. එස්. පෙරේරා









අල්ලා නොගන් දහමද පාරුවක් වැනි

එතෙර වෙන්න පමණකි බුදු දම ඇත්තේ
නොතිර සසර සයුරේ තිර කිසි නැත්තේ
වැතිර හිටියොතින් නොමගෙන එය මත්තේ
සසර තව දිගයි දැන අතහැර යුත්තේ

නැත හිමිකරුවෝ ලෝ දම වෙයි ලොවෙහි යතා
ඇතමුන් උරුමකරුවන් ලෙස ගනිති සිතා
සත වෙත දෙසන උතුමන්ටද වෙනස නැතා
දත යුතු නිවන මිස කුමටද ලොවෙහි කතා

පිලකට බෙදී දම් මග ගැන කියන කතා
සැලවෙයි උනුන් හට දුක හෝ සතුට දෙතා
පළ වෙයි මාන ඉන් මම මගෙ ලෙසට සිතා
ගැලවෙන දහම ඇයි ලොව පැවතුමට පතා

අටියෙන් ලාභ කිත් පැසසුම් ලබන ලොවේ
ඇතමුන් දහම අල්ලාගෙන පතති සුවේ
සිහියෙන් එළඹ බණ ඇහුවොත් එලෙස නොවේ
මරණින් මෙකය අතහැර සදහටම නිවේ

පුහුලා දොස් තබන දෙසුමන් නොගැල පෙති
තෙවළා දහම පවසයි එහි නරක පැති
එකළාවම වඩොත් මතු අම නිවන දෙති
දැකලා මෙදම් ගතහොත් දුක් සසර නැති

දෝස සිතින් ඇල්ලූ විට දහම වුවත්
ආස හිතෙයි පවතින්නට ලොවෙහි තවත්
දාසකම් නොකර භව ගිනි හනික නිවත්
වාසයෙන් පසුව සදහට නිවන දෙවත්

අරිහත් ඵලය කෙළවර හිත තබා ගෙන
නැණවත් බවම හිස මුදුනෙහි දරා දැන
හැඟුනොත් බව සකළ ලොව නිසරුවේ යන
දහමත් නොඅල්ලයි පිරි නිදහසේ තැන

දල්වා තියෙන දම ආලෝකයක් මිණී
පිල් නෑ සමව පැතිරෙයි හේතුවක් තැනී
ගිල්වා නොගෙන තෙර වී ගුරුතුමෙක් මෙනී
අල්ලා නොගන් දහමද පාරුවක් වැනී

පබැඳුම - නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන

1075 Rs.25.00

Hela Bodhu Piyuma 75

නීතිඥ චන්දන සිරිවර්ධන විසින් සංස්කරණය කර නුගේගොඩ ගංගොඩවිල වනාත පාරේ අංක 96/A දරණ ස්ථානයේ පිහිටි ඉමාෂි මුද්‍රණාලයේ මුද්‍රණය කරවා ප්‍රසිද්ධ කරන ලදී.